

BÜLENT DEMİRCİOĞLU

SIRLARIMIZ KADAR HASTAYIZ*



ATALARINIZDAN
KALAN YÜKLER
YAZGINIZ OLMASIN

31. BASKI



DESTEK © KİŞİSEL GELİŞİM

YAZAR HAKKINDA

Bülent Demircioğlu 1972 yılında Antakya'da doğdu, ilk, orta ve lise öğrenimini Antakya'da tamamladı. 1989 yılında İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi'ni kazandı, 1995 yılında ilk kliniğini İstanbul'da açtı. 1993 yılında Çin Tıbbı ile ilgilenmeye başlayıp, mesleki bazı uygulamaları Çin Tıbbı ile bütünleştirdi. 1998 yılında Hatay'a taşındı ve yeni bir klinik açtı. Reenkarnasyon hikâyelerinin çokça anlatıldığı bu bölgede aile dizilimi ve psiko-soybilim araştırmalarını örneklendirecek birçok vaka üzerinde çalışma yaptı. Kendi çözümsüz hastalıklarını (boyun fıtığı, hassas bağırsak sendromu, migren) bilinçaltı tekniklerle çözerek bilinçaltı travmaların hastalıklar üzerindeki bağlantısını fark etti, 2020 yılında Yeni Alman Tıbbı, Şamanizm, Hipnoz, Radyestezi, Çin Tıbbı bilgilerini birleştirerek ReSetting sistemini kurdu.

Halen diş hekimliği yapan Bülent Demircioğlu 1000 üzeri vaka da bilinçaltı çözüm teknikleri ile çalışma yaptı ve çözüm sağladı. Her ay ReSetting bilinçaltı hastalık çözümleri ile ilgili eğitim vermeye devam etmektedir. ReSetting Çocuk Hastalıkları Bilinçaltı Çözümleri, ReSetting Kilo Sorunları Bilinçaltı Çözümleri, Adan Z'ye Hastalıklar ve Çözümleri ve Şamanizm Ritüelleri eğitim konuları arasındadır.

İÇİNDEKİLER

YAZAR HAKKINDA.....	1
ÖNSÖZ.....	7
1. BÖLÜM	
İYİLEŞMEYE KARAR VERMEK	11
Bakış Açısını Değiştirmek.....	11
Kâbuslarımızdan Uyanmak.....	15
Sağlığın En Muhteşem Tanımı.....	20
HASTALIKLAR VE TRAVMALAR	
ARASINDAKİ İLİŞKİ.....	22
Dr. Ryke Geerd Hamer Kimdir?.....	22
Çözümün İlk Adımı.....	28
Döngüler ve Oto Telkin.....	31
Yaşam Döngüsü Hesaplama.....	35
Bağımsızlık Döngüsü Hesaplama.....	38
Soyağacı, Ata Sendromu.....	42
Üst Soyların İsimlerini Çocuklara Vermeyin	45
Kamp Ateşi	47
Omurgadaki Negatif Enerji.....	51
Kamp Ateşi Yöntemi ile	
Yas Sonlandırmanın Önemi.....	54
Hastalıkların Bilinçaltı Çözümleri	
ve Hastalık-Travma İlişkisi.....	57
Beynin Bölümleri	59

2. BÖLÜM

HASTALIKLAR VE TRAVMALARI.....	66
Vücudun Sistemleri ve Rahatsızlıklar	66
DİŞLER VE HAREKET SİSTEMİ	68
SİNDİRİM SİSTEMİ	101
SOLUNUM SİSTEMİ	113
BOŞALTIM SİSTEMİ.....	119
ÜREME SİSTEMİ	121
DOLAŞIM SİSTEMİ.....	134
SİNİR SİSTEMİ	148
İÇ SALGIBEZLERİ	157
DUYU ORGANLARI	164
DERİ HASTALIKLARI	176
PSİKOLOJİK RAHATSIZLIKLAR	189

3. BÖLÜM

BİLİNÇALTININ DİLİ	196
Travmamızı Bilmiyorsak Ne Yapmalıyız?.....	198
Bedensel Yolculuk.....	204
Doğum Ritüeli.....	211
Vira Koça Alanını Açmak	212
Vira Koça Alanını Kapatmak.....	216
İyileşme Dönemi.....	218
Sık Sorulan Sorular	219

4. BÖLÜM

TRAVMA ARAMA İNDEKSİ - DİĞER HASTALIKLAR.....	225
YARARLANILAN KAYNAKLAR	339

ÖNSÖZ

Bu kitap bir farkındalık yolculuğunu anlatıyor. Umarım bu kitabı eline alan kişi farkındalık yolculuğumuzda fayda görür. En önemli farkındalık hastalığın bir kader olmadığını anladığınızda başlar. Özgür olduğumuzu sandığımız bu yaşamda aslında özgür olmadığımız gerçeğini görmek hastalık dediğimiz prangalardan bizi kurtaracaktır. Bu kitapta hastalıkların tıbbi boyutu ile ilgili bilgiler yok, bu anlamda tıbbi bir bilgiye sahip olmanız gerekmiyor. Hastalıkların zihinsel, duygusal ve enerji boyutuna dikkat çekmek istediğim bilgileri aktardım.

Bu bilgileri aktarma amacım bizi hasta eden negatif enerjiyi ortaya çıkarıp sağıltmak, bedenimizi dengeye getirmektir. Yani okyanusta balığı (hastalık) bulup yakalamayı öğreneceğiz.

Balığı yakalayabilmek için önce hangi yöne gideceğimizi bulmakla başlayacak bu yolculuk.

Sırasıyla aradığımız balığın bulunduğu bölgeyi bulmayı, balığa yaklaşmayı ve son olarak o balığı yakalamayı (iyileşme) anlatacağım.

Ben bir diş hekimiyim. 5 yıllık üniversite hayatım ve 25 yıllık meslek hayatım boyunca bana bedenin tek başına, bağımsız maddi bir sistem olduğu öğretildi. Mesleğe ilk başladığım yıllarda Çin Tıbbı'na merak salmışım ancak bunun insan sağlığına uyarlanması bana pek olası gelmiyordu. Buna rağmen bilinçaltı ile ilgili bilgiler her zaman ilgimi çekmiştir. Herkes gibi ben de hastalığın sadece beden boyutunda başladığına ve

ilaçlar ile iyileşeceğine inandım. Ancak hep bir şeylerin eksik olduğunu içten içe hissediyordum.

2002 yılında bir anda bağırsaklarımdan kan gelmeye başladığında içim rahattı, muhtemelen bakteriyel bir sorun vardı ve doktora bile gitmeden ilaçlarla geçecekti. Ancak hiç öyle olmadı, tam 15 sene devam edecek bir hastalığın başladığını bilmiyordum. Önceleri Hassas Bağırsak Sendromu dendi, patolojik raporlara bakılınca Ülseratif Kolit olduğu anlaşıldı. İlaçlara rağmen her 3 ayda bir kanamalarım artarak devam ediyordu ve kalınbağırsağın son 20 cm'lik kısmının kesilmesi gerekiyordu. Bu haberi ilk aldığım gün geleneksel tıbbı inancım tamamen sarsıldı; çünkü bütün tedavi prosedürlerini harfiyen uygulamıştım ancak iyileşmek bir yana, neredeyse bağırsağımı kaybediyordum.

Yıllarca teorik olarak biriktirdiğim bilgileri kullanacağım noktaya gelmiştim, zaten doktorum hiç ümit vermiyordu.

Açıkçası bilinçaltının gücüne güvendiğim için değil, çaresiz kaldığım için bakış açımı değiştirmeye karar verdim.

Çok ilginçtir tam da bu kararı verdiğim günün gecesi, bu konu ile ilgili bir video sosyal medyada önüme düştü. O dönemler bunun basit bir rastlantı olduğunu düşünmüştüm, ancak yıllar bana öğretti ki aslında evrenin muhteşem akışının içine girmişim.

Ben evrene bir adım atıp yardım istemiştım, evren bana lazım olan bilgileri altın tepside sunmaya başlamıştı.

Bir anda önüme bilgiler, videolar, eğitimler ardı ardına çıkmaya başladı ve başardım. Yıllarca kullandığım ilaçları rafa kaldırdım ve 6 ay sonra yapılan bir klinik muayenede bağırsaklarımın bir bebeğinki kadar temiz ve sağlıklı olduğunu öğrendim.

İşte hikâye tam da burada başladı çünkü yaptığım şey o kadar basitti ki ben bile bu kadar hızlı çözüm beklemiyordum.

Bir süre sağlıklı olmanın tadını çıkardıktan sonra, diğer hastalıklarım aklıma geldi. Hayatımı altüst etmese de boynumda

üç tane fitik vardı, meslek hastalığı olduğunu düşünerek çok da üstüne gitmemiştim. Ama denemek istiyordum ve bu balığı da bulmaya karar verdim. Tam bir nokta atışı oldu, 3 fitiğin ikisi tamamen iyileşti, bir tanesi rahatsız etmeyecek hale geldi. Ben hâlâ inanmakta zorluk çekiyordum ama bir taraftan da enerji alanımın varlığını keşfetmişim. Bunu bir kere keşfettiğinizde artık istesenez de duramazsınız çünkü elinize sihirli bir değnek geçiyor sanki.

Denemelerime devam ederken arada sırada beni rahatsız eden migren ile de vedalaştım. O dönem bende ilahi bir güç olduğuna inanmaya başlamıştım.

Çok sonra farkına vardım ki ben aslında enerji bedenimle tanışmış ve yıllarca onu kullanmamıştım.

Bunun üzerine bütün öğrendiklerimi derleyip Resetting sistemini kurdum.

Burada hastalıkları anlatırken örnek olarak verilen vakaların bir kısmı bana ait vakalardır, bir kısmı Dr. Hamer'in iyileşme vakalarından alıntılanmıştır.

Amacımız asla geleneksel tıbbı reddetmek değil, bunu yapmam çok saçma olur çünkü ben hâlâ bir doktorum ve geleneksel tıbbın tam ortasındayım. Bu kitapta sadece geleneksel tıbbın artık bizim enerji bedenimize, duygusal ve zihinsel tarafımıza da bakmasını tavsiye edebilirim. Geleneksel tıp sayesinde hastalıklarımızın teşhisi çok kolaylaştı, kan testleri muhteşem bilgiler veriyor ve en önemlisi görüntüleme yöntemleri bize yol gösteriyor.

Bu kitabı okuyan hiç kimseye tıbbi prosedürden ayrılmasını tavsiye etmem, buradaki bilgiler ek çözümler olarak algılanmalıdır.

Bu bilgilere ihtiyacı olan milyonlarca insan var ve ben bunu eğitimlerimde anlatmaya çalışıyorum. Ancak herkesin eğitime katılma imkânı olmadığı için bu kitabı yazmaya karar verdim. 1 yılda tam 42 eğitim yapıp binlerce kişiye ulaştık, hâlâ da eğitimler vermeye devam ediyoruz.

Enerji bedenimle tanıştıktan sonra etrafıma da uygulamalar yapmaya başladım. Kitapta yeri geldikçe bu iyileşme hikâyelerinden de bahsedeceğim. Hadi artık balığı yakalama yolculuğumuza başlayalım.

1. BÖLÜM

İYİLEŞMEYE KARAR VERMEK

Bakış Açısını Değiştirmek

İyileşmeyi gerçekten istemeyen çok fazla kişiyle tanıştığım için iyileşmek isteyenler/istemeyenler ayrımı yapmak gerektiğini öğrendim.

Bazı insanlar gerçekten iyileşmeyi istemez çünkü hastalığın onlara sunduğu bir konfor alanı vardır, bu durum kişi farkına varana kadar hastalık döngüsüyle devam eder.

Evliliğinde mutsuz bir kadını düşünün, eşinden ilgi alamıyor, kendini değerli hissedemiyor ve zamanla panik atak hastası olmuş bir kadın. Sadece panik atak krizi geçirdiği zamanlarda eşi, çocukları ilgi gösteriyor, onun ihtiyaçlarını önemsiyor ve sürekli başında duruyorlar ise bu kadının hastalığı ona bir konfor alanı sunar. Bu hastalığın hayatına kattığı kazanımlar olduğu sürece gönülden iyileşmek istemez. Bunu kendisine sorduğunuzda reddedecektir ancak bunu söylemedikleriyle anlamamız gerekir.

Dolayısıyla bir hastaya sorulması gereken ilk soru, “Bu hastalığın kazanımları nelerdir?” sorusudur.

Hastalıklar aslında ruhumuzun duyulmadığı, anlaşılmadığı yerlerde ortaya çıkar ve hiç biri tesadüfen bizi ziyaret etmez.

Bir çocuğun anne teması yeterince doyurulmamışsa kakasını tutamayabilir, bunun örneklerini çok fazla gördük. Buradaki mesaj “Anne gel beni temizle, bana dokun, benimle ilgilen” mesajından başka bir şey değildir.

Çok öfkeli otoriter bir insanın etrafındakileri korkutarak istediği işi yaptırmayı alışkanlık haline getirmesi, onun da bu konforu bırakmak istemeyeceği bir durum haline gelebilir. Bu öfkenin onun hayatındaki kazanımlarını görmeden çalışma yapılması işe yaramaz.

Evren bizi sevgi, şefkat, zarafet, anlayış ışıyla donatarak ana rahmine gönderdi, biz bu duyguları kaybettiğimiz her olayda hasta olduk. Bunların yerine öfke, korku, gerginlik, intikam gibi duyguları öğrendikçe daha sağlıklı bireyler haline geldik.

Şamanlar der ki: “Sen ruhunu iyileştir, beden zaten ona uyum sağlar.”

Bizler defalarca yaşamı deneyimlemek üzere dünyaya geliyoruz. Dini inancınız belki böyle düşünmenize engel oluyor ama yapılan regresyon çalışmalarında artık anlaşılmıştır ki dünyaya defalarca geldik ve geleceğiz. Bu konuda herkesin inancına saygı duyuyorum ama bu gerçeği görmek isteyenlere regresyonla ilgili kitaplar okumalarını öneririm. Psikanalitik çalışmalar da bizi bu doğruya götüren örneklerle doludur.

Bizler bu bedenle bu dünyada yaşamaya geldik ancak içimizdeki enerji daha önce bedenlenmişti ve bedenlenmeye devam edecek. Bizim tekâmül yolculuğunu tamamlamak için dünyada deneyimlememiz gereken hayatların bir tanesinin içindeyiz.

Deepak Chopra der ki:

“Biz ruhu beden içinde sanırız, oysa beden ruhun içindedir.”

Çünkü ruh ölümsüzdür, beden ömrü vardır.

Ruhunuzu “nefes” olarak düşünebilirsiniz. Bedeninize aldığınız nefes sizin ruhunuzdur ve bu bedende yaşamı nefesiniz sayesinde deneyimlersiniz.

Son nefesinizi verdiğiniz anı bir sonraki deneyiminize mutlaka taşırsınız ve bir regresyon seansına girerseniz o anı hatırlayabilirsiniz. Bu bilgi bize bedenimizdeki hastalıkların kaydımızda tuttuğumuz mesajlar olduğunu gösterir. Bizler bazen aynı olayları tekrar tekrar yaşarız, başımıza gelenlerle ilgili şikâyet eder dururuz. Bir gün külâhı önümüze koyup “Neden bu durum sürekli benim başıma geliyor?” demeye başladığımız anda döngülerimiz değişebilir.

Çünkü hepimizin hayata gelme amacı farklı ve bu öğretiyi anlamamız için bu hayatı deneyimliyoruz. Hayatınızda en çok şikâyet ettiğiniz olay sizin en büyük öğretiniz olabilir.

Burada size olumlu düşünce gücünden bahsetmiyorum, kendimizi tanıma yolunda ilk adımlarımızı atabilmek için öncelikle bakış açımızı değiştirmeliyiz.

Bunun çok kolay olduğunu söyleyemem çünkü yılların alışkanlıklarını, bakış açılarını, öğretilerini bir anda unutmak mümkün değildir. Ancak evren sizin bakış açınızı değiştirmenizi beklemez, bildiği kurallarla devam eder.

Bir örnekle açıklamaya çalışayım:

Eşinizin çok sinirli, ne zaman patlayacağı belli olmayan, her an sorun çıkaran biri olduğunu farz edelim. Size kendinizi değersiz hissettirdiğini, bu durumla yıllarca mücadele ettiğinizi varsayalım.

Yıllarca ağladınız, küstünüz, boşanmaya çalıştınız, kapana kısılmış hissettiniz. Bunları hissetmeniz çok doğal çünkü hayatınızı yaşayamaz hale gelmişsiniz. Eğer bu sıkıntıların sizin hayatınızda olmasının öğretisinin ne olduğunu düşünmeye başlarsanız, bu deneyimi yaşadığınız bu hayatın sizin ne ilk ne de son yaşamınız olmadığı bilinci ile bakarsanız, evrenin dilini anlamaya başlarsınız.

Çünkü evren “etkiye tepki” ile çalışmaz, tepkiye karşı bir etki yarattığınız zaman size öğretisini sunar.

Eşinizin öfkesinin, ters davranışlarının sizde bir rezonans karşılığı vardır, dünyanın en sakin insanı bile olsanız onu tetikleyen bir tarafınız vardır. Bu öğretiyi anlamaya çalışırken üzülme yerine, kendinizde bu rezonansın varlığını fark ettiğiniz gün eşinizin de davranışları değişir. Çünkü etkiye tepki bakış açısı yerini, tepkiye etki davranışına bırakınca, evren öğretisini size sunmuş olur.

Bunu alttan alma, idare etme, sessiz kalma, içine gömme önerisi olarak sakın algılamayın. Ben size yıllardır baktığınız pencereyi kapatıp, biraz diğer pencereden bakın diyorum. Aynı yerden bakınca bir şeyler değişmediyse bu kez başka pencereden bakmayı deneyin.

Bazen de yüzleşemeyeceğimiz korkularımız olabilir, bilinçaltında yüzleşmeye hazır olmayabiliriz. Çok kötü hissettiğiniz bir anı düşünün, çaresiz, öfkeli, korku dolu bir an. İşte tam da o duygu sizin iyileşmeyi deneyimleyeceğiniz yerdir, bu duygularla yüzleşmeye hazır olduğunuzda bilinçaltıyla uzlaşmaya hazırsınız demektir.

Bakış açısını değiştirmek için olumlama yapmanızı tavsiye edeceğimi sanıyorsanız çok yanılıyorsunuz. Olumlu düşünce tekniklerinde farkında olmadan çok büyük bir tuzığa düşebiliriz, çoğu zaman içimizdeki ateşi fark edip söndürmek yerine yanan közün üzerine kalın bir örtü çekmemize sebep olabilirler. Açıkçası ben pozitif düşünce, olumlu düşünme, evrene güzel mesajlar verme çalışmalarının bizim içimizdeki duyguları halı altına süpürmekten öteye geçmediğini düşünüyorum. İçimizde yanan ateşi söndürdükten sonra içten bir şekilde olumlu düşüncelerin faydasını inkâr edemem ancak bize bu acıları bir tarafa bırakmak, artık geçmişi düşünüp üzülmemek, geçmişe takılı kalmamak gibi önerilerle gelen bütün öğretilerin bir süre sonra hiçbir işe yaramadığını ve daha büyük bir yangınla hayatımızı altüst ettiğini biliyor ve görüyorum.

Özellikle spiritüel konularda ön plana çıkan insanların yüzündeki o sahte gülümseme bir süre sonra en çok kendilerini yakmaktadır ve ömrü çok uzun değildir. Şüphesiz iyi niyetli bir yaklaşımdır ama ruhumuzun hiçbir sahteliğe tahammülü yoktur, ruhumuzu kandırdığımız, örtbas ettiğimiz, yok saydığımız her bakış açısı bize daha büyük bir yangın olarak geri dönecektir.

Bizler evrene elmas madenine benzeyen bir ruhla gönderiliriz, zamanla bu elmasın üzerini tabakalarca çamur, is, pislik kaplar. Ben bu duruma gelen ruhun üzerine parlak bir kaplama yapmak yerine, o elması iyice temizleyip parlaklığını ortaya çıkarmaktan bahsediyorum.

İçimizde var olan ve zamanla kire pasa bulanık bu elması keşfedemezsek kimsenin bize bir faydası dokunamaz. Kimsenin sizin hayatınızın sorumluluğunu alamayacağını, istese de bunu yapamayacağını görmek için çok geç kalmış sayılmazsınız.

Kâbuslarımızdan Uyanmak

Farkındalık iyileşmenin ilk ve en önemli adımıdır. Bu yaşamın içinde hangi konumda olduğumuzun farkına varmak, kâbustan uyanmakla eşdeğerdir.

Bizler dünyada çoğu zaman bir kâbusun içine düşeriz ve çoğumuz yaşamının sonuna kadar bu kâbustan uyanmaz. Kâbustan uyanmak için önce kâbusların ne olduğunu bilmek, farkında olmak çok işimize yarayacaktır.

İyileşmek uyanmaktır, kâbusların farkına varmak özümüze dönmenin ilk adımıdır, aynı zamanda hayattaki en büyük sorumluluğumuzdur.

Nedir bu kâbuslar?

3 başlık altında toplayabiliriz:

- 1- Aşk kâbusu
- 2- Güvenlik kâbusu
- 3- Ölüm kâbusu

Bazen bu kâbuslardan birini, ikisini ya da üçünü yaşayabiliriz. Bunları teker teker inceleyelim:

Hayatımızı bir aşka neden feda ederiz hiç düşündünüz mü?

Aşk neden çoğu zaman acı verir? Çok büyük kavgalar ederiz, barıştığımız gün dünyalar bizim olur. Aşka düşmüşsek sevdiğimizizin bir güzel sözüyle kalbimiz çarpar, onun gözlerinde huzur buluruz. Bazen bir ömrü feda ederiz, aklımızı yitirmiş gibi dengemizi kaybederiz, asla yapmam dediğimiz şeyleri yapar, istemediğimiz halde bazı davranışlara zorlanırız. Ruhumuzun sesini kapatıp âşık olduğumuz insanın sesini duyarız.

Bazen de birine âşık oluruz, 3 ay sonra aşkımız biter, hatta nefret ederiz, yanımızda olmasından rahatsızlık duyarız, “Ardığım kişi olduğunu sanmıştım, yanılmışım” deriz.

Çünkü bize aşkı küçükken “sevilmek, onaylanmak” olarak öğretiler. “Yaramazlık yapmazsan, akıllı bir çocuk olursan öğretmenin seni sever” dediler. “Yemeğini bitirirsen annen seni parka götürecektir” dediler. “Derslerine çalışırsan başarılı olursun, herkes seni çok sever.” Bu önermeler uzayıp gider. Kimse bize kendimiz gibi olursak, kendimizi seversek, değerimizi fark edersek mutlu olacağımızı söylemedi. Hep birilerinin bizi sevmesi için kendimizi şekilden şekile sokmamız gerekti. Biri bize kendimizi çok iyi hissettirdiğinde biz bunu aşk sandık, bu durum bazen çok kısa sürdü, bazen yıllarca gelgit şeklinde devam etti.

Ama evren bize muhteşem sevgi dolu bir kalp hediye etmişti, aşkı doğada, yaşamakta, varlıkta, nefeste, ruhta, zihinde yaratmıştı. Biz kendi değerimizi fark edince zaten bütün evren bize uyumlanıyordu ama biz bunu çok küçükken unuttuk. Başkalarının iki dudağı arasında, sevmekle çatışmak arasında sıkışıp kaldık.

Belki bir ömür feda ettik ve ediyoruz. İşte aşk kâbusunu anlarsak bu kâbustan uyanabiliriz.

“Ey aşk! seni senelerce yaban ellerde, hoyrat dillerde aradım. Oysa bendeymişsin bilememişim. Oyalanmışım. Kalakalmışım.”

Tam da söylemek istediğimiz şeyi Şems Tebrizi ne güzel özetlemiş.

Evet aşk dünyanın en güzel duygusudur, bizi yeniler, hayata bağlar, iyileştirir, sonra da yakar geçer, canımızı yakar hasar bırakır. Eğer aşka sevmek, ilgi görmek, güzel söz işitmek, birinin gözünde değer görmek olarak bakıyorsanız, bu kâbustan uyanma zamanınız gelmiş demektir, çünkü hayatınızın direksiyonuna başkası oturmuştur.

Evren sizi aşkla yarattı, aşk sizsiniz, nefesiniz, zihniniz, ruhunuz aşk dolu. Aşk sizi birinin değerli hissettirmesi değildir, siz zaten büyük bir değer olarak dünyayı deneyimlemeye geldiniz.

Filleri eğitmek için henüz yavru iken ayaklarına demir bir halka takarlar. Yavru filler halkadan kurtulmak için günler boyunca çırpınırlar, kaçamayacaklarını anladıktan sonra artık o halkadan kurtuluşun olmadığına inanıp, kurtulmaya çalışmaz, kaderlerine razı olurlar. Büyüdükleri zaman o filin ayağına ince bir halka geçirildiği anda, o dev cüsseli fil istese bir hareketle o incecik halkadan kurtulabilecekken, hatta bağlı olduğu duvarı yıkabilecekken, bunu denemez bile.

Bize öğretilen aşk da o halka gibidir işte. Gücünüz varken esarete razı olmak, aşkın tanımı değil kâbusudur. Aşkıınızdan vazgeçin demiyorum, aşkın bir kâbus olmasına izin vermeyin ve uyanın diyorum.

Aşkla ilgili ayrılık yaşayan danışanlarımın çoğunda deri ile ilgili hastalıklar görülmesi bir tesadüf olmadığı gibi, bu çatışmayla yüzleşenlerin çoğunda iyileşme görülmesi de tesadüf değildir.

Kendi değerinizin farkına varınca ruhunuzla barışırsınız, yüzyıllardır sizinle yaşayan parçanızı kabullenmiş olursunuz.

Bir türlü doyuramadığınız güvenlik ihtiyacınız yüzünden kâbuslar yaşayabilirsiniz.

Gelecek için daha çok çalışmak, evimizin kilidini daha sağlam yapmak, işimizi kaybetmemek için istemediğimiz kişilere boyun eğmek, güvende olmak için daha çok para kazanmak gibi güvenlik ihtiyaçlarımız çoğu zaman kâbusumuz olsa da, bunun farkına varamayız.

Şu an dünyada hiçbir canlı, hiçbir insan güvende değil, olmamalıdır da. Bunu sağlamak için alacağınız bütün önlemler bir günde yerle bir olabilir, yıllarca kredisini ödediğiniz eviniz bir depremde yıkılabilir, paranızı kaybedebilirsiniz, paranızı yatırdığınız banka iflas edebilir, dünyanın her yerinde olduğu gibi ülkede içsavaş çıkabilir. Kendinizi tamamen rahat bırakıp plansız programsız bir hayat sürün demiyorum, ama bütün hayatınızı bu güvende olma kâbusu içinde geçiriyor olabilirsiniz. Bunun farkına varmanız hayata gelme amacınızı size biraz hatırlatabilir.

Sevmediğiniz bir işi yapmak zorunda değilsiniz, evren size bunu öğretmedi, eğitim sistemi dayattı size bu zorunluluğu. Evren cömerttir, siz severek yaptığınız her şeyin karşılığını fazlasıyla alacaksınız. Siz evrene aşkla hizmet ettiğinizde o da sizi bereketiyle karşılar.

“Biraz daha para biriktireyim, emekli olup sahil kasabasında küçük bir restoran açacağım” demek yerine hemen gidin o restorani açın, pazarlık yapmayın, aşkla yapıyorsanız zaten maddi sıkıntı çekmezsiniz.

“Çocuklarım okulu bitirince yıllardır açmak istediğim spor salonunu açacağım” diyorsunuz belki, peki neden şimdi açmıyorsunuz? Güvenli olmak için değil mi? Ama evrenin dili bu değil istemediğiniz bir yaşamın içindeyseniz zaten hiçbir zaman bolluk bereket size eşlik etmez. Bunun yerine o spor salonunu açın çocuklarınız çok daha rahat bir hayat sürecektir.

Bunu yapmayı başardığınız zaman ruhunuzla bütünleşeceksiniz; ruh, beden, duygu, zihin bir araya geldiği zaman muhteşem enerji size eşlik edecektir. Güvenlik kâbusundan kurtulmanın yolu harekete geçmektir.

Bir başka kâbusumuz da ölüm kâbusudur. Ölüm canlılara ait doğal bir korku sebebidir; yeryüzünde ölümden korkmayan canlı neredeyse yok gibidir. Hayatımızda bu ölüm korkusunun bizi ne kadar yönlendirdiğine bakmalıyız.

Bedenimizin hücrelerinin ölüp kendini yenilediğini bugün geleneksel tıptan öğreniyoruz. Deri hücreleri, kemik hücreleri, akciğer hücreleri kendini sürekli yeniler; ölüp yeniden doğar. Bir insan bedeni 7 yılda bir bütün hücrelerini yeniler; yani 7 yıl önceki bedeniniz size ait değildir. Siz her 7 yılda bir bedensel ölüm yaşıyorsunuz zaten.

Daha önce de belirtmiştim, bizler defalarca yaşamı deneyimlemeye geldik ve geleceğiz, ve şu anki deneyim de sonlanıp tekrar başlayacak.

Enerji beden için ölüm yoktur, bu beden elbisesini çıkarıp başka elbise giymek vardır. Tekâmül yolculuğundan geliyoruz ve aynı yolda yürümek için tekrar tekrar geleceğiz.

Bize ait tek şey nefestir, nefesimizi yüzyıllar öncesinden getirdik, geleceğe taşıyacağız. Siz beden değilsiniz, sizler nefesinizle içinize çektiğiniz ruhsunuz.

Bunu ne kadar bilsek de, ölüm kâbusundan uyanmak için bazı alıştırmalara ihtiyaç duyarız:

Gün içinde sık sık derin nefes alıp verin ve her nefes alışta “Ben nefesim” şeklinde kendinize telkin verin. Nefesinizin bedene giren enerji, ruh olduğunu fark edin. Gerçek olanın, kalıcı olanın, ruhun nefes olduğunu fark edin. Ve sık sık “Ben nefesim” telkinini kendinize yapın. Bir süre sonra beden değil ruhun yansıması olduğunuz inancı oturacaktır.

Ölümün bir son olmadığını anlayıp bunu hissetmeye başladığımız zaman artık bu kâbustan da uyanmış oluruz.

Kâbuslardan uyanmak iyileşmeye giden yolda çok önemli bir farkındalıktır. Unutmamalıyız ki hastalık ruhumuzda başlar ve biz ruhumuzu reddettiğimizde, yok saydığımızda, duymadığımızda o bize mesajını hastalık ile iletir.

Bakış açısını değiştirmeden gerçek bir sağlığa kavuşmak mümkün olmaz, bedeninizde bir değişiklik beklemek için, bakış açımızda düzeltmeler yapmak yetmez, bunu hayata geçirmemiz ve uygulamamız gerekir, aksi halde bu kitap sizin için hoş bir filmi izleyip unutmak gibi geçici bir rahatlama dan öteye geçemez.

Şimdi kendinize güçlü bir şekilde sorun: "Kendimle karşılaşmaya, yüzleşmeye hazır mıyım? Olduğum gibi kendimi kabul etmeye hazır mıyım?"

Buna hazır olmayabilirsiniz, bu bir suç değil. Ancak hayatınızda bazı olayların neden sürekli tekrar tekrar sizin başınıza geldiğini belki biraz anlamanızı sağlar; bu bile tek başına büyük bir kazanım olabilir hayatınızda.

Eğer kendinizle yüzleşmeye istekli ve hazırsanız o zaman çok daha fazlası olur, direksiyona geçer ve ruhunuzun, bedeninizin, zihninizin, duygularınızın yöneticisi olursunuz, özgürleşmenin ne demek olduğunu deneyimlersiniz.

Sağlığın En Muhteşem Tanımı

Bugün binlerce bilinçaltı sistemin kökeni şamanların bize ulaştırdığı bilgilere dayanmaktadır. Şamanlar MÖ 50 bin yıl öncesinden bedeninin enerji, duygu, zihin dengesini kaybettiğinde hasta olduğumuzu keşfetmişlerdi. Bugün birçok isim altında binlerce yöntem aslında bu temel üzerine dayanmaktadır.

Şamanların ritüelleri hakkında inceleme yaptığımda ölüm, doğum, düğün ile ilgili birçok ritüelin hâlâ toplumumuzda farkında olmadan kullanıldığını gördüm.

Şamanlar ölümün ötesine geçmeyi başarmış bilgelerdir, bizim sahip olduğumuz bedenin sadece bir deneyimi yaşamak üzere kullandığımız elbiselerimiz olduğunu söylerler. Bu yüzden rüyadan uyanmamız gerektiğini, yaşamın devam etmesi için geliş amacımızı hatırlamamızın bizi iyileştireceğini savunurlar.

Şamanlarla ilgili en beğendiğim tanım şudur: Bir ayağıyla günlük yaşamın içinde yürürken, diğer ayağıyla spiritüel dünyada yürüyendir.

Bizler yıllarca hastalığın bedende başladığına inandık, gözlerimizi hastalığın başladığı organa diktik, sadece ilaçlara güvendik. Şamanlar hastalığı şöyle tarif eder: “Hastalık ruhta başlar, sonra duygusal ve zihinsel çatışmaya dönüşür, en son bedende görülür hale gelir.”

Ruhumuzun bedenimize ilettiği bu mesajı anlayana kadar hastalıklarla boğuşmaya devam ederiz. Bu mesajı almak aslında o kadar da zor değildir, büyük bir spiritüel güce, ayrıntılı bir eğitime ihtiyacınız yok. En basit şekilde kendinize dönüp, hayatta size acı veren çatışmaları fark etmek bile bu mesajı anlamayı sağlayabilir.

İsviçreli doktor Tal Schaller de bunu yıllar önce keşfetmiş ve sağlıklı olma tanımını yaparken bunun bir ata benzediğini söylemiştir:

Atın her ayağı sağlığımızın önemli bir parçası gibi düşünülürse, 4 komponentten oluşuruz: Beden, duygu, zihin, ruh. Bunların her biri atın bir ayağını temsil eder ve ayaklardan bir tanesi sakatlırsa bile, o at artık koşamaz. Yani sadece zihinsel çatışmaları çözmeniz yetmez, sadece duygusal ruhsal çatışmaları çözmeniz yetmez, bedensel çatışmaları çözmeniz (geleneksel tıp) de tek başına işe yaramaz. Hepsinin dengeye getirilmesi gerekir ve o zaman biz de tökezlemeden koşan o at gibi sağlıklı oluruz.

Aynı zamanda Tal Schaller bizi etkileyen en önemli üç duygunun nasıl boşaltılacağını hayvanlardan örnek vererek

öğretmiştir. Korku, öfke ve gerginlik duygularını hayatımızdan nasıl tamamen boşaltacağımızla ilgili formülü vermiştir. Bu formülle ilgili ilerleyen sayfalarda bilgi vereceğim.

Peki bunu nasıl sağlayacağız, bunun sihirli bir formülü var mı?

İşte burada asıl sihrin hepimize hediye olarak verildiğini öğreneceğiz. Burada yeni bir şey öğrenmeyeceğiz, yıllarca bildiğimiz ancak uygulamadığımız bazı enerji blokajlarının çözümü ve duygusal çalışmalarından bahsedeceğiz.

Farkındalık iyileşmenin ilk adımıdır, çoğu zaman hastalıkların yarısı farkındalıkla çözülür. Tek başına yetmese de, farkındalıkla çok daha iyi hale gelebiliriz. Farkındalığımızın oluşması için “bilmek” gereklidir.

HASTALIKLAR VE TRAVMALAR ARASINDAKİ İLİŞKİ

Burada bilmemiz gereken en önemli bağlantı, hastalıkların travmalarla ilgili olduğudur. Hangi hastalığın hangi çatışmalardan kaynaklandığını bilmek bile bizi çok daha iyi hale getirebilir. Peki bunu nasıl bileceğiz? Hangi hastalık yaşadığımız hangi çatışmalarla ilgilidir? Bize duygusal çatışmaların hastalıklarla bağlantısını ilk öğreten kişinin, Dr. Ryke Geerd Hamer olduğunu burada belirtmek isterim. Dr. Hamer bu bilgilerle Yeni Alman Tıbbi'ni kurmuştur.

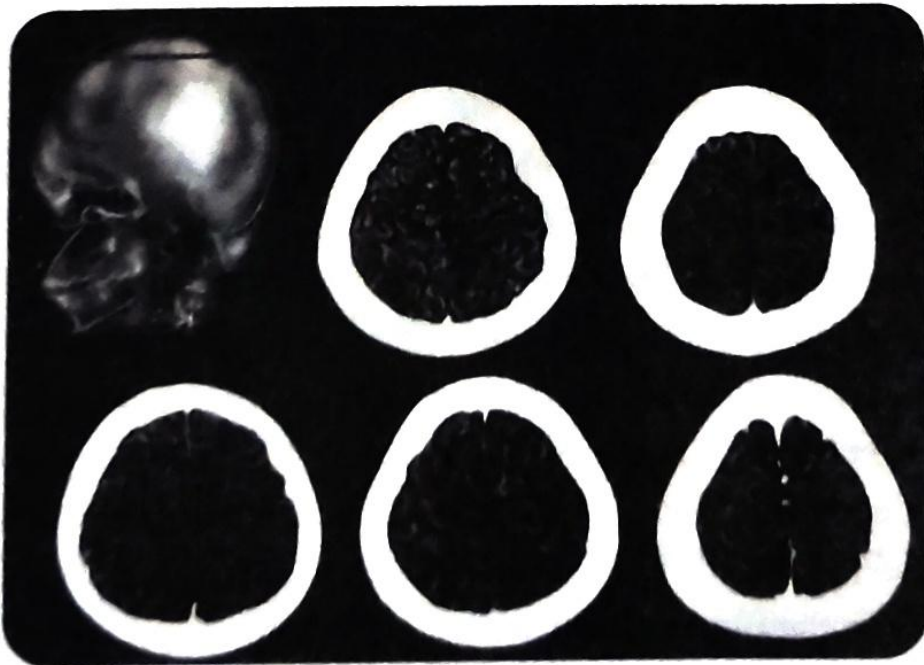
Dr. Ryke Geerd Hamer Kimdir?

Dr. Geerd Hamer, 1935 Almanya doğumlu, Tübingen Üniversitesi'nde tıp ve teoloji okumuş bir bilimadamıdır. İç hastalıkları uzmanı olan Dr. Hamer'in tıbbi cihazlarla ilgili buluşları vardır. Çok keskin bir operasyon bıçağı (Hamer-Scalpel), plastik cerrahide kullanılan özel bir kemik testeresi, vücut şekline otomatik olarak ayarlanan bir masaj yatağı bunlardan birkaçı.

Dr. Hamer ve ailesi, bu icatların sağladığı mali imkânlarla İtalya'da yaşamaya başladı. 18 Ağustos 1978'de oğlu Dirk, İtalyan Prensi Victor Emanuel Savoy tarafından kazara vuruldu. 7 Aralık 1978'de de öldü.

Oğlunun ölümünden kısa bir süre sonra Dr. Hamer'e testis kanseri tanısı kondu. Daha önce hiç ciddi bir hastalığı olmayan Dr. Hamer kanser oluşunu oğlunun beklenmedik kaybına bağladı. Hatta bu büyük şoku DHS (Dirk Hamer Sendromu) olarak adlandırdı. Oğlunun ölümü ve kendi kanser deneyimiyle Dr. Hamer'in sıra dışı bilimsel yolculuğu başladı.

O sırada Münih Üniversitesi'nin kanser kliniğinde stajyer olarak çalışan Dr. Hamer, **kanserli hastaların hikâyelerini araştırdığında hepsinin geçmişinde bir çeşit beklenmedik bir şok olduğunu gördü.** Vücuttaki tüm olayların beyin tarafından kontrol edildiği hipotezini araştırarak hastalarının beyin taramalarını analiz ederek tıbbi ve psikolojik kayıtlarla karşılaştırdı. Geçirilen şoklarla açık bir ilişki buldu, bu şokların kendini organlarda gösterdiğini ve tüm bu süreçlerin beyinle bağlantılı olduğunu gördü.



Dr. Hamer her hastalığın beklenmedik bir şok veya travmadan kaynaklandığını buldu. Beklenmedik çatışmanın olduğu anda, şok beyinde belli bir bölgede lezyona neden oluyordu. Buna daha sonra Hamer Fokus ya da HH-Hamer Herd adını verdi. Dr. Hamer bu lezyonları bulmadan önce radyologlar taramalarda görülen bu izlerin cihazların hatası sonucunda oluştuğunu düşünüyorlardı. Bilgisayarlı tomografi cihazları üreticisi Siemens bu lezyonların cihaz hatası olamayacağını, çünkü farklı açılardan çekilen tomografilerde tekrarlandığını belirtti.

Hangi beyin katmanının şoka maruz kaldığına bağlı olarak beyin hücreleri, karşılık düşen vücut hücrelerine biyokimyasal sinyaller göndererek tümör gelişmesine, dokuda veya fonksiyonda kayba neden oluyordu. Beyin sapı nefes, üreme ve beslenme gibi temel hayatta kalma fonksiyonlarını yürütmeye programlı iken serebrum sosyal temalarla ilgiliydi.

Dr. Hamer tüm hastalıkların iki fazda ilerlediğini buldu: İlk olarak, duygusal stres, soğuk ekstremiteler, iştah kaybı ve uykusuzlukla karakterize aktif çatışma fazı; sonra da çatışmayı çözmemiz halinde, iyileşme fazı. Bu fazda ruh, beyin ve ilgili organ, zorlu bir iyileşme sürecinde, yorgunluk, ateş, enflamasyon, enfeksiyon ve ağrı ile seyreliyordu.

Dr. Hamer bu buluşlarını "Yeni Tıbbın Beş Biyolojik Kanunu" olarak adlandırdı. Yıllar içinde 40.000'den fazla vaka çalışmasıyla bu buluşlarını doğruladı. "Ruh-Beyin-Organ" tablosu oluşturarak hastalık, buna neden olan biyolojik çatışma, beyin taramasında lezyonun yeri, aktif çatışma fazında hastalığın kendini nasıl göstereceği ve iyileşme fazında nelerin beklenebileceğini gösterdi.

Dr. Hamer bu araştırmasını 1981 yılının Ekim ayında Tübingen Üniversitesi'nde sundu, ancak üniversite tarafından değerlendirilmesi reddedildi; tezin ardından üniversite sözleşmesini yenilemedi. Özel bir klinik açma girişimleri de sağlık otoriteleri tarafından reddedildi.

1985 yılında 29 yıllık eşi, dört çocuğunun annesi Sigrid Hamer öldü.

1986 yılında doktor olarak çalışması yasaklandı.

1997 yılında üç kişiye tıbbi bilgi verme suçuyla tutuklandı ve 19 ay hapse mahkûm edildi. Tutuklandığında yapılan araştırmalarda, terminal dönemdeki 6500 kanser hastasından 6000 hastanın beş yıl sonra hâlâ hayatta olduğu ortaya çıktı, ancak Tübingen Üniversitesi çalışmaları incelememi.

2004 yılında Dr. Hamer İspanya'da tutuklandı ve Fransa'ya gönderilerek hapsedildi. Suçu "sahtekârlık ve yasadışı tıp uygulamaları" idi. Yaptığı yayınlar nedeniyle Fransız vatandaşlarının ölümünden sorumlu tutuldu.

Dr. Hamer 2006 yılının Şubat ayında hapisten çıktı.

Dr. Hamer tarafından geliştirilen Yeni Alman Tıbbı (German New Medicine-GNM), her hastalığın, kanser de dahil olmak üzere, beklenmedik bir şok deneyiminden kaynaklandığı temeline dayanmaktadır.

GNM'in dayandığı biyolojik yasalar şöyle özetlenebilir:

- Her hastalık, kişiyi savunmasız yakalayan bir çatışma şoku nedeniyle oluşur.
- Çatışmanın çözümü olduğu takdirde, her hastalık iki fazda ilerler; aktif çatışma fazı ve iyileşme fazı.
- İlk iki yasanın bulguları embriyoloji ve insanın evrimi ile bağlantılıdır. Ruh, beyin ve organla biyolojik ilişkisi evrimsel bir bakış açısıyla gösterilebilir.
- Mikropların evrimdeki rolü ve organlarımızı oluşturan üç katmana olan ilişkileri tanımlıdır. Mikroplar hayatta kalmamız için vazgeçilmezdirler.
- Tüm hastalıklar, beklenmedik biyolojik çatışmayı çözmek için doğanın yarattığı anlamlı bir program olarak anlaşılmalıdır.

Dr. Hamer'e göre kişi kanserden ölmeyecektir; eğer kişi aktif çatışma fazındayken ölürse, bu enerji kaybı, zayıflama, uykusuzluk, duygusal ve zihinsel tükenme nedeniyledir. Kanser tanısı almak veya olumsuz prognozdan haberdar olması genellikle yaşam gücünü tüketmeye yeterlidir. Konvansiyonel kanser tedavileri de bu çöküşü hızlandırır.

Dr. Hamer, beyinde odak oluştuğu anda, hedef organda da odak oluştuğunu gösterebilmişti. Duygusal şok bilinçdışına ulaştığı anda hastalık da başlar. Hastalığın ne kadar ciddileşeceği psikolojik, enerjetik ve beslenme faktörlerine bağlıdır, ama yeri ve cinsi duygusal çatışmanın içeriğine bağlıdır.

Dr. Hamer'e göre duygusal şok, beyin bölgesi ve ilgili organlara dair ilişkiler, insanların evrimi sırasında hayvanlar dünyasında gerçekleşen bir adaptasyondur. Beklenmedik bir duygusal stres yaşandığında bireyi normale döndürmek üzere acil bir onarım programı işleme girer.

Biyolojik yapının çalışma mekanizmasını, hayvanlar âlemine bakarak daha kolay anlayabiliriz. Aslan tarafından kovalanan geyiğin sempatik sinir sistemi aktive olarak tüm kaynaklarını en hızlı kaçabileceği şekilde seferber olur. Aynı zamanda beynin belli bir bölümü de akciğer aktivitesini uyarır. Tehlike geçtikten sonra parasempatik sinir sistemi kontrolü ele alır ve vücut fonksiyonlarını normale döndürür.

Bir insan ölüm tehlikesi yaşadığında, örneğin kanser teşhisi konduğunu öğrendiğinde, aynı biyolojik program devreye girer, stres seviyesi fırlar, beyin-akciğer bağlantısı aktive olur, ama kaçacak bir yer yoktur. Kaçmak için gereken artmış akciğer kapasitesi, kendini akciğer hücrelerinin kontrolsüz çoğalması şeklinde gösterir.

Bu süreç sadece, orijinal çatışma şokunun beyinde dağılması ile durdurulabilir. Örneğin hasta cerrahi yolla veya doğal bir terapi ile tamamen iyileşeceğine gerçekten inanırsa bu süreç durur.

Ancak hastanın tedavinin etkinliği hakkında şüphe duyması halinde çatışma çözülmeden kalacak ve hastalık ilerleyecektir.

Duygusal çatışmanın konusu bilinçdışı bağlantılarına göre dönüşür. Örneğin, ölüm korkusu akciğer kanserine, sindirebileceğimizden daha büyük bir lokma yutmak mide veya bağırsak kanserine yol açabilir. Bu lokma, mali bir taahhüde girmek ya da yapamayacağımız bir şeye söz vermek olabilir. Hastalığın belireceği organ, olayın kendisine değil, kişide yaptığı psikoşok alanına göre belirlenir.

Örnek olarak, kocasının başka bir kadınla ilişkisi olduğunu öğrenen bir kadın, bunu cinsel bir psikoşok olarak yaşarsa rahim kanseri; eşle ilgili bir duygusal çatışma olarak yaşarsa (ve baskın eli sağ el ise) sağ memede tümör; kendini değersiz hissetmesine neden olduysa kemiklerde kanser gelişebilir. Oysaki kendini değersiz hissetme cinsel bir konuda değil de spor alanında yaşanırsa rahatsızlık kendini dirseklerde gösterebilir.

Dr. Hamer metastazın kanser korkusu ya da kanser teşhisi nedeniyle duyulan ölüm korkusu olduğunu ileri sürmektedir. Yaşanan çatışma korku değil de, öfke, pişmanlık, çocuktan veya eşten ayrılma şeklinde yaşanıyorsa, ikincil tümör farklı alanlarda ortaya çıkar. Örneğin uygunsuz cinsel arzuların karşılanamaması ile bağlantılı görülen prostat kanseri, genellikle kemik metastazı ile devam eder ki bu cinsel kimliğini yitiren erkeğin değersizlik hissi nedeniyle ortaya çıkar.

Dr. Hamer'e göre tüm hastalıklar ve kanserin nedeni beklenmedik duygusal şoklardır; şokun şiddeti hastalığın şiddetini belirleyecektir. Birkaç örnek verecek olursak:

Kemik - Değersizlik hissi

Gırtlak - Yutulamayan, yutmak zorunda kalınan şeyler

Kolon - Sindirilemeyen şeyler

Sağ Meme (Baskın Eli Sağ Olanlar İçin) - Eşle ilgili çatışma

Sol Meme (Baskın Eli Sağ Olanlar İçin) - Çocuk veya anne ilgili çatışma

Karaciğer - Açlık korkusu

Akciğer - Ölüm korkusu, nefes alamama, boğulma korkusu

Dr. Hamer'in bu çalışmaları çok ilham verici idi, ancak tek başına bu bilgiler koskoca bir okyanus olan beyin için yeterli değildi. Yıllar içinde kendi yetiştirdiği öğrencileri bu duygusal çatışmaların üzerine bazı döngüleri de ekledi yani biz başımıza gelen şok edici olayları tekrar tekrar yaşayarak hasta oluyorduk. Tek bir duygusal şok tekrar tekrar tetiklendiğinde hastalık başlıyordu. Bu bilgi çok değerliydi; çünkü tek çatışma üzerine yapılan çalışmalar sonucu hastalık dursa da, tekrar oluşabiliyordu. Oysa ana çatışmanın tetiklenerek hastalık yaptığı görüşü daha güzel sonuçlar getirse de zamanla enerji bedenimizin yaralarını da görmek gerektiği gerçeği bu bilgilere eklendi.

Bütün bunları toparlamaya çalıştığım bu kitapta, karışık ve ayrıntılı bu bilgilerin en kullanışlı taraflarını birleştirip, herkesin kendine uygulayabileceği hale getirdim.

Varmak istediğimiz hedef enerji bedenimiz olmalı ancak oraya ulaşacak en kestirme yol önce zihinsel boşaltım, sonra duygusal boşaltımdır. Bunu başardığımız anda enerji bedenimizdeki yaralara ulaşabilir ve sağaltabiliriz.

Çözümün İlk Adımı

Kendimizle yüzleşmeye hazır hale gelmişsek, teslimiyete geçmişsek artık daha teknik konulara bakabiliriz.

İyileşme yolculuğumuzu büyük başlıklar altında toplamak gerekirse 3 tane döneme ayırabiliriz.

- 1- Zihinsel farkındalık (Oto telkin)
- 2- Duygusal boşaltım (Kamp ateşi)
- 3- Enerji temizliği (Omurga boyutu çalışması)

Eğer yıllardır bir hastalık ile yaşıyorsanız öncelikle şunu bilmeniz gerekiyor: “Hastalıklar kötü kader değildir, onlar ruhumuzun bedenimize yansıttığı mesajlardır.”

Bakış açımızı değiştirmek zorundayız, yıllarca sağlığımızı düzeltmek için sadece beden üzerinde çalışmak sonuç vermiyorsa, mesajı hâlâ alamamışsınız demektir.

Ruhumuz bu mesajı bedene ısrarla verir. Biz bu mesajı anlayanaya kadar şiddeti artarak devam eder. Bu mesajı anladığımız an okyanusta sececeğimiz yönü belirlemiş oluruz.

Ruhumuz (enerji alanımız) aldığı bir yarayla önce sarsılır, daha sonra bu sarsıntı zihinsel ve duygusal bedene indirgenir, en sonunda bedende görünür hale geldikten sonra biz hasta olduğumuzu anlarız. Maalesef bedende hastalandığımız organı iyileştirmeye çalışırız; büyük hata burada başlar. Çünkü Dr. Hamer’in çektiği tomografiler bize öğretmiştir ki her hastalığın beyinde bir odakla bağlantısı var. Örneğin böbreğinde taş olan hastaların hepsinde, beynin aynı bölgesinde odaklar oluştuğunu fark eden Dr. Hamer bu muhteşem buluşun ödülünü almak bir yana, ruhsatından olmuştur. Terminal dönemdeki yüzlerce kanser vakasını geri döndürmeyi başarsa da, bunu hayata geçirmesi engellenmiştir.

Bize ulaştırmayı başardıklarını kullanmak ve geliştirmek şansına sahibiz şu an. Bu bilgileri kullanmak için derin bir tıp bilgisine ihtiyacınız yok, sadece biraz kendinize dönmeniz ve enerji bedeninizi fark etmeniz gerekiyor.

Yıllarca baş edemediğiniz bir hastalıkla yaşamak zorunda kaldıysanız lütfen size hiçbir zararı olmayan bu sistemi deneyin, zarar görmezsiniz, iyileşme ihtimaliniz çok fazla artar.

Bu güne kadar her yayında söylediğim gibi tıbbi prosedürü ve ilaçları bırakmadan ek olarak deneyebilirsiniz.

Nereden başlayalım?

Eğer travmaların, şokların bizi hasta ettiğini kabul ediyorsak, bu şokların ne olduğunu bulmamız gerekiyor. Şanslıyız çünkü hangi organın hangi şoklardan etkilendiğini istatistiksel olarak biliyoruz.

Tıbbi bir teşhis varsa, etkilendiğiniz travmaların konularını aşağı yukarı kestirmek mümkün; bu durum okyanusta yönümüzü bulmayı kolaylaştırır. Bu şokları bilmemiz önemlidir ama çözümün tamamen bunlarla ilgisi olduğunu söyleyemem. Bu şokları bulduğumuzda omurgamızdaki bize yapışıp kalan negatif enerjiyi fark edip tamamen boşaltmazsak, bunları bilmek yarım kalan bir farkındalık yolculuğundan öteye geçemez.

Hastalığın belirtilerinin ilk başladığı dönemden 1-2 yıl öncesine gidin. O süreç ruhunuzun bedeninize mesajı iletme sürecidir. Ancak çok önemli bir ayrıntı var burada; diyelim ki o travmayı buldunuz, buna çalışma yaptınız (çalışmanın nasıl yapılacağını öğreneceğiz), bu çalışma tek başına yeterli gelmeyebilir. Çünkü son yaşanan travma “bardağı taşıran son damla” olabilir. Yani ana travmanızı bulmanız gerekebilir, tekrar benzer senaryo ile ne zaman tetiklendiğinizi ve bardağı taşıran son damlayı birleştirerek çalışırsanız nokta vuruşu yapabilirsiniz. Yani bir ana çatışmanız tekrar tekrar tetiklenmişse, bu tetiklenme noktalarını ve süreçlerini bulmamız gerekebilir; biz buna döngü hesaplama diyoruz. Bunu da ilerleyen sayfalarda işleyeceğiz. Bir hastalıkla ilgili çalışırken bardağı taşıran son damlayı bulmuşsak, yönümüzü belirlemek çok kolaylaşır.

Bazen travmayı bulmak mümkün olmaz, işte o zaman Brandon Bays’in o muhteşem *Yolculuk* kitabından esinlenerek sistemleştirdiğim bedensel yolculuk yöntemini kullanıyoruz.

Beynimiz çok acı çektiğimiz travmaları bize unutturmaya çalışır, bizi hayatta tutmak için “blind spot” dediğimiz kör noktalar oluşturabilir. Böyle zamanlarda danışan çok basit hatıralarını bile hatırlamayabilir. Bazen de çok fazla travma yaşamış bir danışan hangi travmaya çalışacağını bilemez, yönünü kaybeder. Böyle durumlarda bedensel yolculukla hangi travmanın hangi hastalığa denk geldiğini bulmak mümkündür. Bu yöntemle inanılmaz sonuçlar almak mümkündür. Bedensel yolculuk içimizde sıkışıp kalan, unuttuğumuz travmaları ortaya çıkarmanın en etkili yoludur, bu konuya da ilerleyen bölümlerde değineceğiz.

Döngüler ve Oto Telkin

Şamanlar doğadaki her şeyin bir döngüsü olduğunu, dolayısıyla bizim de döngülerimizin olduğunu ilk keşfeden hekim topluluğudur.

Ayın, güneşin, gezegenlerin, mevsimlerin döngülerinin aynısı bizim yaşam çizgisinde de mevcuttur. Hiçbirimiz muhteşem bir hayat yaşamıyoruz, hepimizin çatışmaları, travmaları var bu hayatta. Ancak her travma yaşayan hasta olmuyor, ruhumuzun bu travmayı nasıl algıladığı önemli. Dolayısıyla yaşadığımız çatışmanın bize ne hissettirdiği, yaşadığımız olaydan çok daha önemlidir.

Eğer bir hastalığımız var ise, bizim hayatımızda bir travma vardır, belli zaman aralıklarıyla bu travmanın senaryosu tekrar etmiş olabilir, en sonunda bedenimizde görülür hale gelmiştir. İşte bu zaman aralıklarının kaç yılda bir olduğunu bulduğumuzda buna döngü diyoruz.

Ana çatışmamızı ve tetikleyicilerini bulmak zihin boyutunda farkındalığımızı sağlar, duygusal boşaltım için bize zemin hazırlar; ancak asıl hedefimiz enerji boyutuna ulaşmaktır ki; bu aşamaları geçmeden enerji boyutuna ulaşamayız.

Ana çatışmamızı ve tetikleyici çatışmaları bulmamız için 2 tane formül var.

Döngü dediğimiz olay, periyodik olarak aynı çatışma senaryosunu kaç yılda bir yaşadığımızla ilgili hesaplama değildir. Bu hesaplamayı yaparken bilmemiz gereken çok önemli bir bilgi paylaşmak istiyorum: Hastalıklarımızın ana çatışması bazen anne karnındayken, hatta anne karnına düşmeden önce başlar.

Buyurun bakalım, henüz anne karnına düşmeyen bebek nasıl ana çatışmayı alabilir? Bu konuda Mark Frechet isimli psikoloğun muhteşem solucan deneyini aktarayım.

Mark Frechet bir kavanozun içinde topladığı solucanların bir kısmını ışığa maruz bırakır, ışığa maruz bıraktığı solucanlara aynı zamanda iğne batırır. Solucanlar iğnenin acısıyla hızla ışiksiz bölgeye kaçışmaya başlarlar, ışığı acıyla beraber blok ederler. "Işık demek acı demektir" kodunu alırlar. Buraya kadar her şey anlaşılabilir, çünkü ışığa her çıktığında acı çeken solucan ışığın acı verici bir şey olduğunu düşünür.

Bu deneyimden aylar sonra solucanların çiftleşmesi sağlanır ve yumurtadan çıkan yeni solucanlar ayrı bir kavanoza alınır. Bu solucanlar ışığa maruz bırakıldıklarında tıpkı anne babaları gibi ışıktan acı çekerek kavanozun karanlık bölgesine doğru kaçırlar.

Çünkü anne babalarının çatışmalarını almışlardır. Bugün Batı tıbbi hamilelikteki travmaların bebeğe yansıdığını kabul eder, ancak hamile kalmadan önceki çatışmaların bebeğe geçebileceğine ihtimal vermez.

Frechet'in bu deneyi bize ana çatışmanın döllenme öncesindeki dokuz ayda da oluşabileceğini öğretmiştir.

Örneğin tırnak yeme alışkanlığı olan birçok çocuğun daha döllenmeden önceki aylarda, anne veya babası bir yakınını kaybetmiş olabiliyor. Bununla çözülen yüzlerce vakaya şahit oldum.

Bu dönemin doğum sonrasında da devam ettiği deneylerle anlaşıldıktan sonra, Recall Healing sisteminin kurucusu PHd. Gilbert Renaud bu döneme Proje Amaç Dönemi adını veriyor. Bu dönem 30 aylık bir süreci kapsar:

PROJE /AMAÇ DÖNEMİ

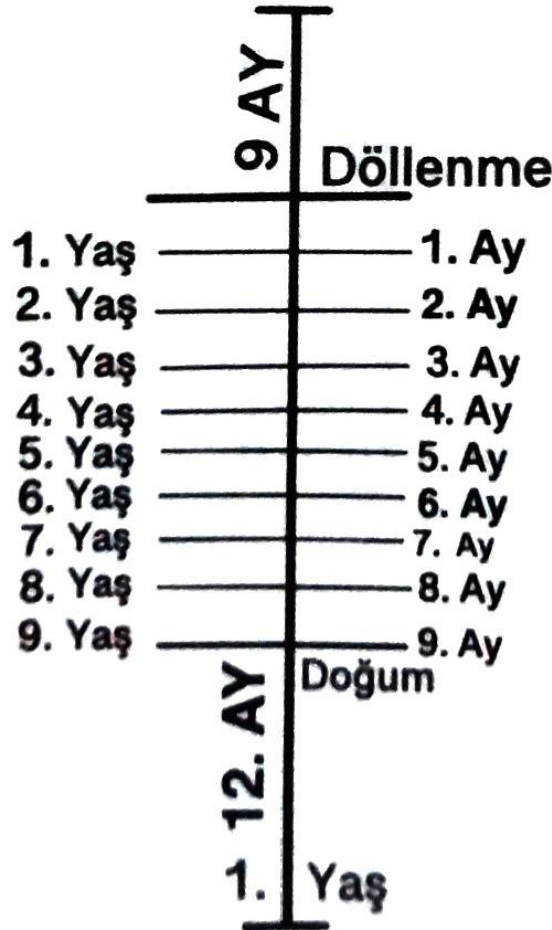


Döllenme öncesi 9 aylık süreç, hamilelik dönemi ve doğumdan sonraki 1 yıl. Bu 30 aylık süreçte anne veya babanın yaşadığı çatışmalar olduğu gibi bebeğe aktarılır.

Hepimizin en büyük sorumluluğu bu 30 aylık süreçte yaşananları bulmaktır, bizim kişiliğimizin en derin izleri bu dönemde yatar.

Hangi çatışmanın hangi hastalıkla ilgili olduğu konusunu ilerleyen sayfalarda göreceğiz, ancak bu 30 aylık sürecin didik didik edilmesi bizim birçok hastalığımızın ana çatışmasını bulmamıza yarayacaktır.

Proje amaç döneminde hamileliğin belli bir ayında yaşanan çatışma ilgili yaşta hastalık olarak ortaya çıkabilir. Yani anne hamileliğin 4. ayında bir kanama geçirip düşük tehlikesi yaşarsa, çocuk 4 yaşında epilepsi krizleri geçirebilir. Kesin bir kural olmamakla birlikte 0-10 yaş arası çocuklarda hastalık hangi yaşta başlamışsa, hamileliğin ilgili ayındaki çatışmalara bakmak çoğu zaman sebebi bulmamızı ve çözümü sağlar. Ancak proje/amaç döneminin başka bir döneminde de çıkabilir, az önce belirttiğim gibi proje/amaç dönemini didik didik etmek gerekir. Çalışmada ilk bakacağımız yer olarak hamileliğin ilgili ayı önemlidir.



Bu dönemin ana çatışma açısından önemini öğrendikten sonra gelelim döngü hesaplama. Döngü hesaplama bir çatışmanın kaç yılda bir tekrar ettiğini bulma yöntemidir.

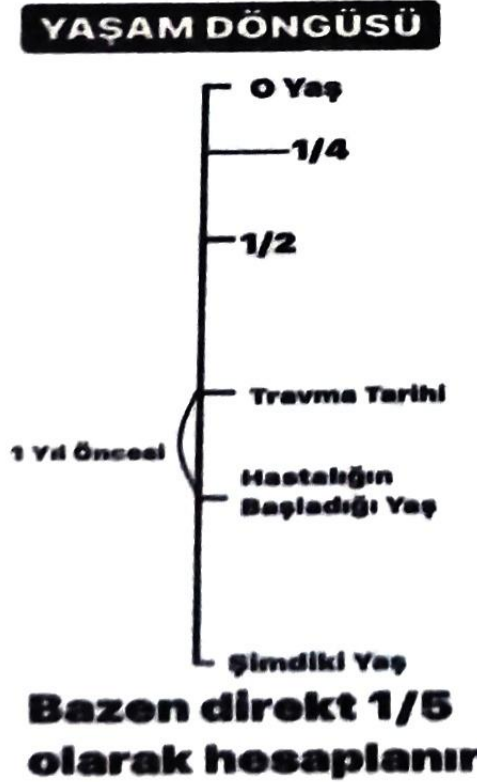
2 tane döngümüz vardır:

1- Yaşam Döngüsü

2- Bağımsızlık Döngüsü

Yaşam Döngüsü Hesaplama

Genellikle genç bireylerde kullanılan bir döngü hesaplama yöntemidir. Bir hastalığın ana çatışmasını bulmaya çalışırken çok işimize yarar. Öncelikle bardağı taşıran son damla olan çatışmayı (hastalanmadan 1-2 yıl önceki çatışma) bulmak gerekir. Bu çatışmanın yaşını bulunca hemen ikiye böleriz ve tekrar ikiye böleriz. Ortaya çıkan son rakamın yaşına bakarız, anne karnındaki aynı ayda yaşadığımız çatışma ile bağlantı kurarız.



Örnek:

38 yaşında böbrek taşı sorunu olan bir hasta düşünün. Teşhis konulmadan 2 yıl önce evine haciz gelmiş (böbreği ilgilendiren konular arasında alanını kaybetme konusunu yeri gelince işleyeceğiz), yani 36 yaşında bardağı taşıran son damlayı yaşamış. Hemen yaşı ikiye bölerek 18 yaşını soruyoruz. O yaşta istemediği bir şehirde okumaya gitmiş (tekrar alan kaybı). Tekrar yaşı ikiye böldüğümüzde 9 yaşında babasının iflası yüzünden daha küçük bir eve taşındıklarını öğreniyoruz (alan kaybı). Tekrar yaşı ikiye böldüğümüzde bir çatışma bulamazsak, biz 9 yılda bir döngüsü olduğunu keşfediyoruz. Çoğu zaman bulunan en küçük yaştaki çatışmanın aynısı hamileliğin ilgili ayında bulunabiliyor; bu yüzden annesinin hamileliğinin 9. ayında ne olduğunu da soruyoruz. 9. ayda bir şey yaşanmamışsa da doğum öncesi 9 aylık süreç, hamilelik ve doğum sonrası 1 yıllık süreçte aynı senaryo var mı diye mutlaka bakmalıyız. 30 aylık süreçte benzer senaryonun hangi ayda yaşandığı çok önemli olmasa da kural olarak ilk başta döngüyle aynı aya bakmakta fayda var. Görüyoruz ki anne hamileliğin 9. ayında özel hastanede doğum yapmak isterken, devlet hastanesinde doğum yapmak zorunda kalmış (yine alan kaybı). Burada 9 yılda bir döngü olduğunu varsayarak 9-18-27-36 yaşlardaki benzer senaryoyu bulduğumuzda okyanusta gideceğimiz yönü tamamen belirliyoruz.

Zaten 36-18-9 yaş ve 9 ayı bildiğimiz için, geriye kalan 27 yaşı soruyoruz. Bu yaşta işini kaybetme çatışmasını (yine alan kaybı) söyleyen danışana hemen oto telkin yaptırıyoruz.



“..... yılı ayında anladım ki annemin hamileliğinin dokuzuncu ayında başlayan alan kaybı ile ilgili ana çatışmam, 9 yaşında babamın iflası yüzünden evden taşınmamızla tetiklenmiş, 18 yanımda istemediğim bir şehre gitmemle tekrar tetiklenmiş, 27 yaşında işimi kaybetmemle tekrar etmiş, 36 yaşında evime haciz gelmesiyle bardağı taşıran son damla vücudumda böbrek rahatsızlığı olarak ortaya çıkmış. Ruhumun bedenime yansıttığı bu mesajı aldım, artık bu mesaja ihtiyacım kalmadı, gereğini yapıyorum ve bu mesajı devre dışı bırakıyorum. Döngüler bir kader değildir, farkındalıkla bütün döngülerimi devre dışı bırakıyorum.”

Bu oto telkin tek başına okyanusta yolun yarısını geçmemizi sağlar. Sadece oto telkin yeterli olmamakla birlikte, çalışmamızın ana gövdesini oluşturur. Burada ruhumuzun yaraladığını beynimize anlatarak, sıkışmış çatışmanın kapısını aralamış oluyoruz.

Oto telkin çalışmasını bitirdikten sonra kamp ateşi yöntemi ile duygusal boyutu tamamen temizlemek, son olarak da enerji boyutunda tamamen arınmak gerekir; bu konuları ayrı başlıklar altında göreceğiz.

Bağımsızlık Döngüsü Hesaplama

Ben seans yapmaya başladığımdan beri en çok bağımsızlık döngüsünün işime yaradığını söyleyebilirim. Döngü tanımını yaparken tekrar eden periyotlar tanımını yapmıştık. Bağımsızlık döngüsünü hesaplamak yaşam döngüsünü hesaplamaktan biraz daha kolaydır, çünkü burada bakacağımız noktalar daha nettir.

Bağımsızlık döngüsünü hesaplamak için kişinin bağımsız olduğu yaşı bilmemiz gerekir.

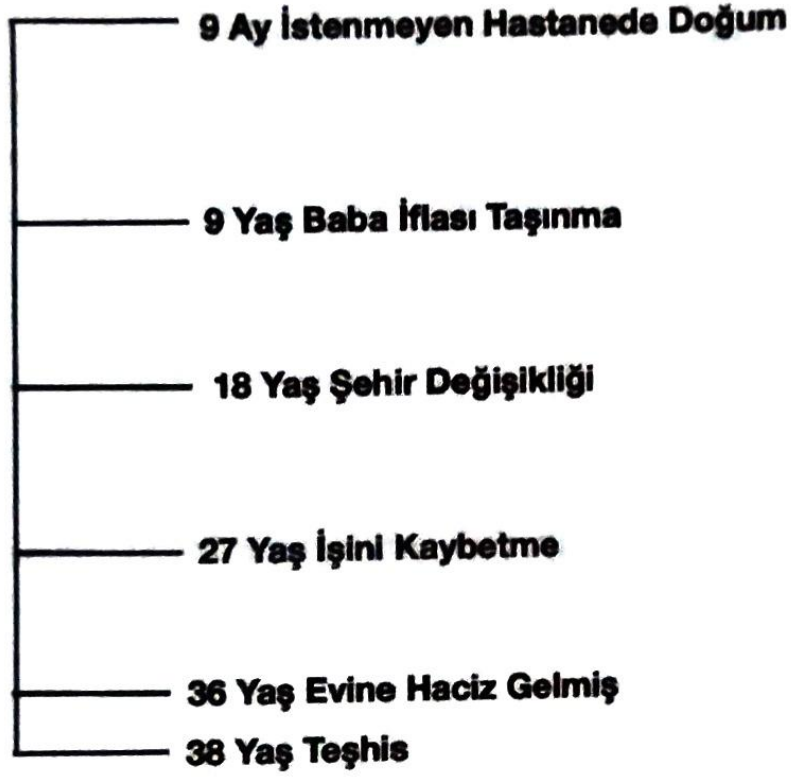
Bağımsızlık ne demektir?

Bireyin maddi ve manevi olarak anne babasından ayrıldığı, bağımsız olduğu yaşa bağımsızlık yaşı diyoruz. Bu bazen evlenmekle olur, bazen evini anne babasından ayırıp kendi parasını kazanmakla olur. Bir okul kazanıp yurttta kalmak, aileyle aynı evde kalırken kendi parasını kazanmak, evlenip aile evinde oturmak bağımsızlık değildir. Hayatta herkes bağımsız olmak zorunda değildir, eğer bağımsız bir hayatınız yoksa bu hesaplama yöntemini kullanamazsınız.

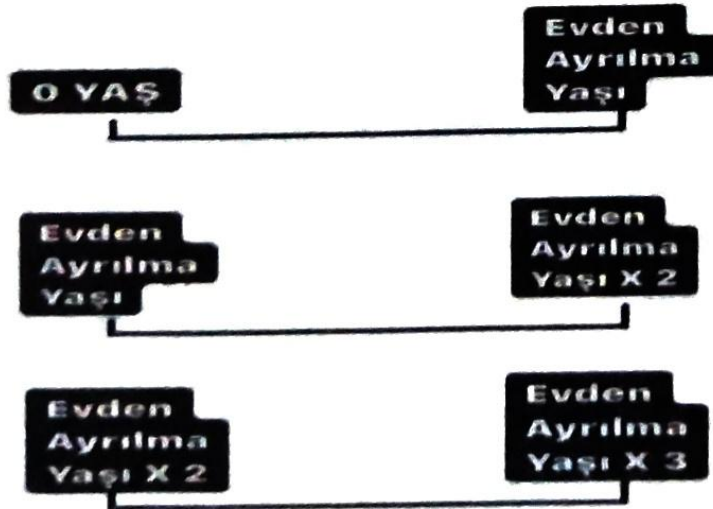
Bağımsızlığını kazanmış kişilerle çalışırken önceliği bu hesaplama yöntemine vermek gerekir.

Peki bağımsızlık döngüsü nasıl hesaplanır?

Beynimiz bağımsız olduğumuz yaşa kadar ne yaşadıysa, bir o kadar yıl aynı senaryoyu bize tekrar yaşatır; amaç bizi hayatta tutmaktır. Bağımsız olana kadar hayatta kalmayı başarmışsak, beynimiz bu süreci güvenli bulur ve aynı olayları, aynı algıları bize tekrar yaşatır.



BAĞIMSIZLIK DÖNGÜSÜ



Bunu gerçek bir örnekle açıklayalım:

48 yaşında karaciğer kanseri geliştiren bir kadın...

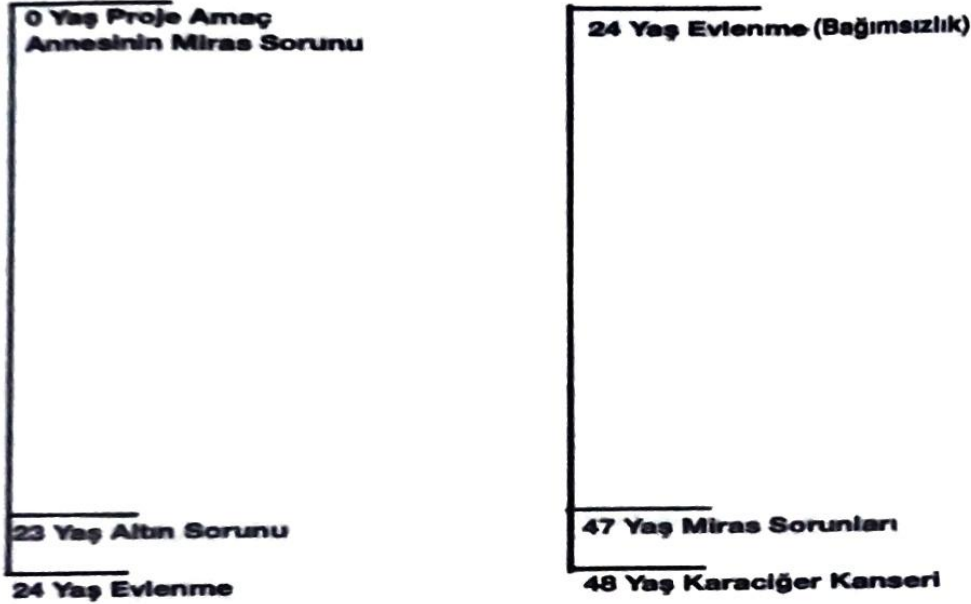
Döngü hesabı yapmadan önce karaciğer kanserinin çatışma konusunu bilmek zorundayız (ileride ayrıntılı göreceğiz). Karaciğer kanserinin konularından bazıları miras, yoksunluk, paylaşım ile ilgili adaletsizliklerdir.

Danışanımızın son 1-2 yıl bandında bu konularla ilgili yaşadıklarını sorduğumuzda, 1 yıl önce kardeşleriyle bir miras çatışması olduğunu öğreniyoruz.

Ne demiştik hatırlayalım; bardağı taşıran son damlayı, ipin ucunu bulmadan yönümüzü belirleyemeyiz. Bu danışanımızın bağımsızlık yaşının (evlilik) 24 olduğunu öğrendik. Bağımsızlık döngüsü hesabında beyin ilk 24 yıl ne yaşattıysa, ikinci 24 yıl da aynı çatışmaları yaşatır demiştik.

Danışanımız 47 yaşında bir çatışma yaşadığına göre, bağımsızlığın ikinci bölümünün 23. yılına denk geliyor ($47-24=23$). O halde bağımsızlığın birinci bölümünün 23. yılında, yani 23 yaşında benzer bir senaryo bulursak nokta vuruşu yapabiliriz.

Danışanımıza 23 yaşında bu konu ile alakalı ne yaşadığını sorduğumuzda, nişanlılık döneminde takılan altınlara kayınvalidesi tarafından el konulduğunu öğreniyoruz. Burada tekrar adaletsiz bir şekilde hakkının gasp edildiğini hissettiği için aynı senaryo tekrar etmiş. Döngüleri bulduktan sonra proje-amaç dönemi dediğimiz 30 aylık süreçte benzer senaryo bulursak bunu ana çatışma olarak kabul etmeliyiz. Danışanın annesinin hamilelik döneminde babasından kalan mirası kardeşlerinin gasp ettiğini öğrendiğimizde ana çatışma bulunmuş oldu.



Eğer daha yaşlı bir danışan olsaydı; örneğin hastalığın son çatışması 74 yaşında olsaydı, 24 yaşında evlendiği için bağımsızlık döngüsünün 4. döngüsünün 2. yılında diyecektik (1. Döngü 0-24 yaş, 2. Döngü 24-48 yaş, 3. Döngü 48-72 yaş, 4. Döngü 72-94 yaş). O zaman 2, 26, 50 ve 72 yaşlar sorulmalıydı.

Hemen oto telkin yaparak işe başlıyoruz:

“..... yılı ayında anladım ki benim proje amaç dönemimde annemin miras çatışması ile başlayan ana çatışmam, 23 yaşında yaşadığım altınlarımın alınmasıyla tetiklenmiş, 47 yaşında yaşadığım miras kavgası bardağı taşıran son damla olmuş, bu çatışma karaciğerimde hastalık olarak ortaya çıkmış. Ruhumun bedenime yansıttığı bu mesajı aldım, gereğini yapıyorum, bu mesajı devre dışı bırakıyorum. Döngülerin bir kader olmadığını öğrendim, farkındalıkla bu döngüleri devre dışı bırakıyorum.”

Bu oto telkin çözümünün birinci aşamasıdır. Bunu tamamen bilinçaltımıza anlattıktan sonra kamp ateşi ile vücudumuzdaki duygusal çatışmayı boşaltmak zorundayız.

Soyağacı, Ata Sendromu

Döngülerimizin hastalıkların travmalarını bulmakta çok etkili bir yöntem olduğunu bilsek de, bazen bize ait olmayan döngüler üst soylardan bize aktarılabilir. Yani biz doğmadan önce kodlanmış olabiliriz. Hastalıkların yüzde 10'u bize üst soylardan aktarılır; yeri geldikçe bu hastalıklardan bahsedeceğiz.

Bu bilgileri bize Fransız psikolog Anne Ancelin Schützenberger hediye etmiştir. *Psikosoybilim* ve *Ata Sendromu* isimli kitaplarında bize üst soylardan gelen çatışmaların bağlantılarını öğretmiştir.

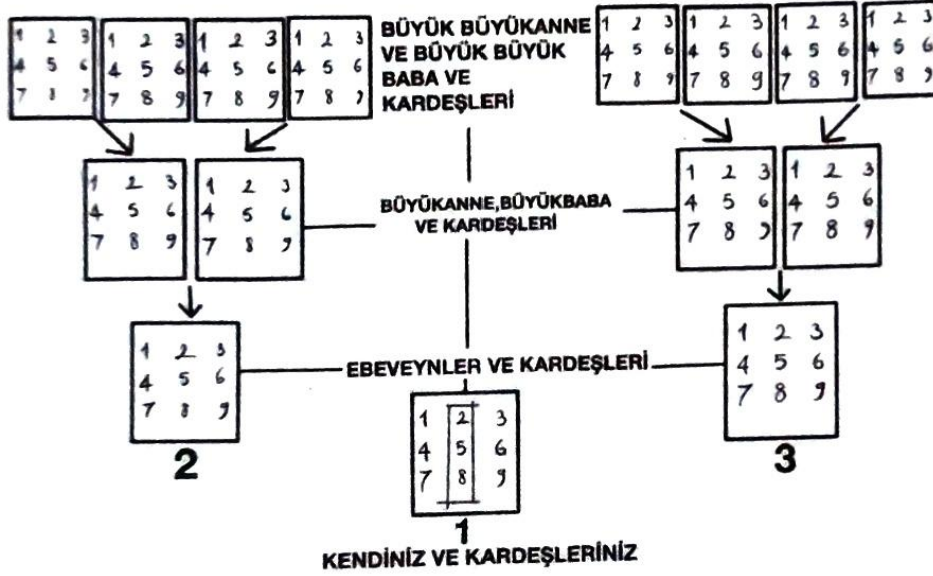
Bir hastalığın ana çatışmasını döngülerde ve proje amaç döneminde bulamazsak, bazen üst soyların çatışmasını devralmış olabiliriz. Bunu anlamak için öncelikle ana rahmine düşen kaç numaralı çocuk olduğumuzu bilmek zorundayız. Annenizin kürtaşı, erken doğumu, düşüğü, dış gebeliği dahil kaç numaralı çocuk olduğunuzu bilerseniz, üst soylarla hangi numaralarla bağlantılı olduğunuzu bulabilir, hayatınızdaki üst soylardan gelen döngülerin farkına varabilirsiniz.

Örnek vermek gerekirse:

Annenizin sizden önce 2 düşüğü olduğunu farz edin. 2 düşükten sonra siz doğmuşsanız rahme düşen 3. bebek olursunuz; yani 3 numaralı çocuk olursunuz.

Bunu bilmek sizin üst soydaki 3, 6, 9, 12 numaralarla dikey hatta sürekli bağlantıda olduğunuzu bilmenizi sağlar. Şöyle bir şekil üzerinde anlatmaya çalışayım:

AİLE AĞACI ATA SENDROMU



Anne karnına düşen 2 numaralı çocuk olduğunuzu düşünelim. Biyolojide aile ağacı sayıları hesaplanırken 3'erli gruplar oluşturulur. Yukarıdaki kutucukların en alttakini annenizin rahmi olarak düşünün, 9 kardeş olsaydınız, 2, 5, 8 numaralı kardeşler aynı dikey hatta olurdu. Yani bu kardeşlerin döngüleri birbirine çok benzer. Ama bu dizilimde daha önemli olan nokta, üst soylarla yaşadığımız benzer döngülerdir.

Örneğin alt soldaki kutucuk sizin anneannenizin rahmini, alt sağdaki kutucuk babaannenizin rahmini temsil eder. Anneannenizin rahminde anneniz kaçınıcı çocuk buradan hesaplayabilirsiniz. Annenizle aynı dikey hatta veya aynı numarada iseniz, annenizin hayatını yaşama ihtimaliniz çok artar.

Örneğin siz 3 numaralı çocukken, anneniz 6 numara ise annenizin hayatını didik didik etmenizle fayda var, kendinize ait birçok hastalığın, sorunun çatışmasını onda bulabilirsiniz.

Aynı durum baba için de geçerlidir. Alt sağdaki kutucuğa yani babaannenizin rahmine baktığımızda babanızın 4 numara olduğunu düşünün, siz de 1, 4, 7 numaralardan biri iseniz bu sefer babanızla aynı döngüyü alma ihtimaliniz artar.

Bazen hem anne hem de baba ile aynı dikey hatta olma ihtimali vardır, bu durumda hem anneden hem de babadan döngü alınabilir.

Bizler sadece anne babamızdan döngü almayız, 3 soy yukarıdan bize doğru gelen döngülerimiz var. Tabii ki 3 soy yukarıda kimin kaçınıcı çocuk olduğunu bulmak çok mümkün olmadığı için en azından 2 soy yukarıya kadar bakmakta fayda var. 2 numaralı kutucuk anneannenizin annesinin rahmi, 3 numaralı kutucuk babaannenizin annesinin rahmi olarak düşünüldüğünde bu hesabı üst soylara kadar taşıyabilirsiniz.

Bir örnekle açıklayalım:

Annenizin rahminde 3 numaralı çocuk olduğunuzu düşünün. Annenizin de 3 numara olduğunu varsayalım. 19 yaşınızda vitiligo hastalığınız başlamış olsun. 18 yaşınızda ailenizin onaylamadığı biriyle kaçarak evlendiğinizi, 1 yıl sonra hastalığın başladığını biliyoruz. Yaşam ve bağımsızlık döngülerine baktığımızda bir şey bulamıyoruz, üst soyda annesinin de aynı yaşta aynı olayı yaşadığını görüyoruz. Ve buna göre oto telkin hazırlıyoruz:

“..... yılı ayında anladım ki benimle aynı dikey hatta olan annemin 18 yaşında yaşadığı ayrılık, gizlenme, suçlanma içeren evden kaçma olayının aynısı, benim 18 yaşında tekrarlanmış ve bedenimde görünür hale gelmiş. Döngülerin kader olmadığını öğrendim, bana ait olmayarak başlayan ve benim hayatımda tekrar eden bu döngünün mesajını aldım, devre dışı bırakıyorum. Kendimi bu döngüden tamamen özgürleştiriyorum.”

Bu şekilde oto telkinden sonra kamp ateşi ve enerji boşaltımı ile çalışmayı bitiriyoruz.

Üst Soyların İsimlerini Çocuklara Vermeyin

Burada üst soylarla ilgili önemli bir nokta var; eğer çocuğunuza üst soylardan bir büyüğün ismini vermişseniz, onun döngüsünü alma ihtimali çok yüksektir, bununla birlikte çocuk üst soydaki atasıyla aynı dikey hatta ise onun döngüsünü alma ihtimali artabilir.

Örneğin:

Anne rahminde 3 numara olan çocuğunuza “Münir” ismini verdiniz. Babası kendi babasını onurlandırmak için bu ismi vermiş olsun. Öncelikle bu çocuk kendisine ait olmayan bir döngüyü direkt olarak hayatına alarak başlar.

Münir’in dedesi de anne karnında 6 numaralı çocuk olsun, işte burada hem aynı dikey hatta hem de aynı isimde olan çocuk dedesinin döngüsüyle hayata başlayabilir.

İsim konusunu çözmenin yolu ismi değiştirmek değil, bunun basit bir telkinle halledilmesi mümkün.

Örneğin Münir ismi verilen çocuğa uykuda 1 hafta boyunca şu telkin yapılabilir:

“Canım yavrum, yılı ayında öğrendim ki dedenin ismini vererek, istemeden sana dedenin hayatını yüklemiştir. Biz dedeni çok sevdiğimiz için bunu yapmış olsak da, bunun bir hata olduğunu yeni öğrendik. Bunun için senden özür dileriz, lütfen bizi affet. Seni bu döngüden tamamen özgürleştiriyoruz, bizim yavrumuz olduğun için sana çok teşekkür ediyoruz, baban ve ben seni çok seviyoruz. Dedeni çok sevsek de, onu anılarla yaşatarak, onun döngülerini tamamen devre dışı bırakıyoruz.”

Burada dikkatinizi çekmek istediğim bu konuşma metninin içinde kullandığımız 4 sihirli cümledir:

- 1- Özür dilerim
- 2- Beni affet
- 3- Teşekkür ederim
- 4- Seni seviyorum

Buna Ho'oponopono tekniği diyoruz.

Dr. Ihaleakala Hew Len ve Joe Vitale Ho'oponopono'yu dünyaya tanıtan kişilerdir. Ho'oponopono tekniği ile kendimizle ve evrendeki her varlıkla uyum içerisinde yaşayabiliriz. Ho'oponopono yöntemi tüm bilinen ve bilinmeyen negatif enerjileri, pozitif olanla değiştirir ve sizi arındırır. Ho'oponopono eğitimi ile tüm sorumluluğu üzerimize almayı öğreniriz. Ho'oponopono ile kendimizi arındırırız. Ho'oponopono Hawaii kökenli etkisi yüksek olan bir meditasyon tekniğidir. Bu meditasyon tekniği 4 basit cümle üzerine kuruludur.

Yaşadığımız kötü ve iyi her olayı kendimize biz çekeriz. Korkularımız, bilinçaltımız, inançlarımız ve düşüncelerimiz bunu tetikler. Doğal olarak tüm bu fikirlerden kendimizi arındırırsak, etrafımızı da arındırmış oluruz. Bu yöntem içerisinde özür dilemeyi, af dilemeyi, teşekkür etmeyi ve sevgiyi barındırır. Ho'oponopono sayesinde siz arındıkça, size üzüntü yaşatan olaylar da temizlenir.

Joe Vitale'nin kaleme aldığı *Zero Limit* isimli kitapta Ho'oponopono tekniği detaylıca anlatılmaktadır. Buna göre bu yöntemin ana konusu "sorumluluğu almak"tır. Kendimizi olduğumuz gibi kabul ederek işe başlıyoruz. Doğrularımız ve hatalarımızla kendimizi kabullenmeyi ve sorumluluk almayı öğreniyoruz. Sonuç olarak kendimizi affediyoruz.

Bu konuşmayı anne veya baba gece uykuda çocuğa 1 hafta boyunca yaparsa çocuğun hayatındaki negatif döngüleri tamamen temizleyebilir.

Çocuklar 10 yaşına kadar gece uykuda annenin ve babanın sesini duyabilir, daha çok annenin sesine duyarlıdır. 10 yaşı geçtikten sonra artık uykuda anne babayı duyamaz, bu durumda göz teması kurmadan çocukla aynı konu konuşulabilir. Bir araba yolculuğunda, bir telefon konuşmasında 10 yaşını geçmiş çocuğa da telkin verebilirsiniz.

Tekrar kendi yaşantımıza dönersek, eğer bir üst soydan gelen hastalığımızı fark edersek, aynı dikey hatta olduğumuz üst soyumuz ile ilgili şu şekilde oto telkin yaparız:

“..... yılı ayında anladım ki benim rahatsızlığımın aynısı atamda da varmış (babaanne, anneanne, dede vs.). Aynı dikey hatta olduğum bu atamın döngülerinde gelen bu hastalığın mesajını aldım ve gereğini yapıyorum, bu mesajı devre dışı bırakıyorum. Bana ait olmayan bu döngülerin kader olmadığını öğrendim, atamı onurlandırmakla birlikte ondan gelen bütün döngüleri devre dışı bırakıyorum.”

Bu oto telkinden sonra kamp ateşi ile çalışmayı tamamlıyoruz. Evet defalarca bahsettiğimiz kamp ateşine nihayet sıra geldi.

Kamp Ateşi

Kamp ateşi uygulamasına geçmeden önce oto telkin yapılmalıdır, oto telkin kısmını yaptıktan sonra bu uygulamanın yapılması bilinçaltımızdaki zihin duygu frekansını harekete geçirir.

Brandon Bays’in *Yolculuk* adlı kitabından uyarlayarak kullandığım “Kamp Ateşi Yöntemi” bütün oto telkinlerden sonra, duygusal boyuttaki negatif enerjiyi boşaltmak için başvurduğumuz muhteşem bir yöntemdir. Buradaki mucizevi taraf, yöntemi kullanırken beynimizin en önemli figürü olan ateşi kullanarak sonlandırma yapma olanağıdır.

Döngülerin yardımıyla ana çatışmamızı, tetikleyicileri ve bar-dağı taşıran son damlayı bulduktan sonra oto telkinle bunların

farkına vardığımızı söylemiştik. Daha sonrasında bu çatışmaların her birini kamp ateşi yöntemi ile ayrı ayrı duygusal boyutta temizleriz.

Kamp ateşi bir imajinasyon çalışmasıdır. Öncelikle gözlerimizi kapatıp kendimizi bir ateşin başında hayal ederiz. Ateşin sıcaklığını hissetmeye çalışırız, dumanının tüttüğünü, ateşin çıkardığı çıtırtıları hissedene kadar bekleriz. Daha sonra hangi yaştaki çatışmamızı boşaltacaksak o yaştaki halimizi ateş başına çağırırız. Eğer bu yaşta yaşadığımız çatışma başka biri ile ilgili ise o kişinin görüntüsünü de ateş başına çağırırız.

Buradaki önemli ayrıntı, yaşadığınız yaşın görüntüsünü çağırmanızdır; eğer şu anki yaşıınızda 15 yaşıınızdaki bir çatışmayı çözecekseniz, sizin 15 yaşıınızdaki halinizle bunu halledebilirsiniz.

15 yaşıınızdaki bir tacizle çalıştığınızda, 35 yaşıınızdaki haliniz bunu çözemeyecektir. Tacizi uygulayan kişiyi de çağıracağız onun da o yıllardaki yaşının görüntüsünü çağırmalıyız.

İlgili yaştaki görüntümüzü ateş başına çağırdıktan sonra, çatışma yaşadığımız kişiyle yüzleşme yaptırırız. Ve çatışma yaşayan görüntümüze sorarız: “Karşıdaki seni üzen kişiye ne söylemek istersin?” Burada o yaştaki görüntümüzün içinde sıkışıp kalmış bütün kelimeleri dökmesi için yardımcı oluruz. Sonra karşısındaki kişinin ne cevap verdiğini bize aktarmasını, cevap vermiyorsa bile yüzündeki ifadeyi bize anlatmasını isteriz. Bu diyalogda bütün sıkışmış kelimelerin dökülmesini sağladıktan sonra bizim çatışma yaşadığımız yaşın görüntüsüne “Sırtındaki simsiyah çuvalın içindeki değersizlik, öfke, kimsesizlik, terk edilmişlik (yaşanan duygu her ne ise) vs. duygusunu birer birer ateşe atıp yok ediyorum” şeklinde bir telkin veririz. Burada her duygunun birer birer yakılması önemlidir. Örneğin öfke duygusunu yakıyorsak, çuvaldan o duyguyu çıkarıp ateşe atmasını, ateşin içinde çıtır çıtır yanmasını izlemesini, çıkardığı simsiyah dumanı görmesini ve küle dönüşene kadar beklemesini isteriz. Tamamen

küle dönüştükten sonra ikinci olumsuz duyguyu çıkarmasını isteyerek, çuval boşalana kadar bu seremoniye devam ederiz. Çuval tamamen boşaldıktan sonra çuvalı da ateşe atmasını isteyerek yanıp kül olmasını beklemesini söyleyerek, ilgili yaştaki duygusal yükü tamamen boşaltırız.

Çuval da küle dönüştükten sonra ilgili yaştaki görüntüsüne şunu sormasını isteriz: “Karşındaki kişiyi affetmek ister misin?”

Birçok bilinçaltı sistemi affetmek iyileşmektir dese de ben buna katılmıyorum. Çünkü öyle olaylar yaşarız ki (taciz, ensest, aldatılma, şiddet vs.) bazen affetmek mümkün olmayabilir. Burada önemli olan sırtımızda taşıdığımız o yükten kurtulmaktır. Affetmek mümkün olursa daha hızlı sonuçlar almak mümkündür, ama kişi affetmek istemiyorsa ona zorla telkin veremezsiniz, bu durumda blokaj gelişebilir ve çalışma hiçbir işe yaramaz.

Eğer o yaştaki görüntümüz affetmeyi kabul ederse karşısındaki görüntüye şuna benzer bir metin okutabiliriz:

“Ben seninle yaşadığım olayla ilgili yıllarca birçok hastalıkla mücadele ettim, yıllarca seni suçladım, hayatım kâbusa döndü. Ama yılı ayında anladım ki kendime yüklediğim bu olumsuz duygular beni hasta etmiş, hayatımı zincire vurmuş. Öncelikle özgürleşmek, iyileşmek için, hayatımı güzelleştirmek için az önce sırtımdaki bütün yüklerden kurtuldum. Seni de anlıyorum bu hatayı yaparken belki bana zarar vereceğini düşünemedin. Belki de bu öğretiyi yaşamaya ihtiyacım vardı, belki karmanın öğretisini bana iletmen gerekiyordu. Bu yüzden seni bütün kalbimle affediyorum, evrenin sevgi, şefkat ve merhamet düzeninde sen de gerekli dersleri alacaksın bunu biliyorum. Bu öğretilerden gerekli dersi aldığım için kendimi tamamen bu yükten özgürleştiriyorum.”

Bu konuşmayı yaptırdıktan sonra çatışma yaşadığımız kişinin görüntüsünü sevgi ve şefkatle uğurlayıp gönderiyoruz. Daha sonra şimdiki halimiz, çatışma yaşadığımız yaştaki

halimize sarılarak şunları söylüyor: “Seni tebrik ederim, yıllarca sırtımızda yaşadığımız yüklerden bizi kurtardın, bizi özgürleştirdin. Bu öğretinin mesajını aldık ve beraberce bu mesajı devre dışı bıraktık.” O halinize sarılıp sevgi ve şefkatle göndeririz.

Ateşin içindeki her şeyin küle dönüşmesini bekleyip, ateşi söndürüp, çalışmayı bitiririz.

Bu çalışma sırasında affetmek istemediğimiz bir durumda isek ne yapmalıyız?

O zaman konuşma metnimizin yük boşalttıktan sonraki kısmı şöyle uyarlanmalı:

“Yıllarca senin yüzünden çok acı çektim, hayatım bir kâbusa döndü, yıllarca hastalıklarla mücadele ettim. Kendimi değersiz, kimsesiz, bir köşeye atılmış vs. (duygunun adını koyun) hissettim. Ve bugün karşımdasın, sırf kendimi özgürleştirmek için, hayatımı hafifletmek, sağlığıma kavuşmak için az önce sırtımdaki bütün yükleri ateşe atıp yok ettim. Artık acılarım bitti ama bu asla seni affettiğim anlamına gelmiyor. Seni evrenin, ilahi adaletin öğretilerine teslim ediyorum. Evrenin bir adalet terazisi olduğunu biliyorum ve kendimi bu öfkeden arındırdığım için, seni adalete teslim ediyorum. Umarım benimle yolların tekrar kesişmez” diyerek onu göndeririz.

Eğer bir üst soydan gelen çatışmanın kamp ateşini uygulayacaksak, yukarıdaki vitiligo örneği üzerinden çalışalım:

Danışan gözlerini kapatır, kendini bir kamp ateşi başında hayal eder. Sırtında bir çuval hayal eder ve “Sırtımdaki simsiyah çuvalın içinde anneme ait olan suçlanma, gizlenme, ayrılık içeren negatif duyguları birer birer ateşe atıp yok ediyorum” şeklinde konuşma yapar. Her bir duygunun ateşte birer birer yanmasını izler, küle dönüşmesini bekler. İyice küle dönüştükten sonra ateşi söndürür ve enerji boşaltımına hazır hale gelir.

Omurgadaki Negatif Enerji

Duygusal boşaltmayı yaptıktan sonra omurgamızın sırt tarafındaki negatif enerjiyi boşaltmamız gerekir. Duygusal boşaltımdan sonra bir kamaşma, ürperme, üşüme, bazen de ısınma tarzı bir his deneyimleriz. Bu tamamen ruh kalıntılarından ve negatif enerjiden oluşan bir olumsuz hisler yumağıdır.

Aslında iyileşmenin püf noktası işte bu omurgadaki negatif enerjiyi boşaltmaktan geçer, bu kitaptaki anlatılan her bilginin amacı omurgadaki bu enerjiyi ortaya çıkarmak ve boşaltmaktır.

Biz bu enerjiyi hissedebilmek için önce döngüleri kullanarak zihin boyutunda farkındalık sağlayıp oto telkin yaparız, kamp ateşi ile duygusal boşaltım da yaptıktan sonra omurgadaki negatif enerjiyi hissedebilir hale geliriz. Bütün amacımız bu negatif enerjiyi yakalayıp boşaltmaktır. Şu ana kadar öğrendiklerimizin amacı enerji bedenimizi uyandırmaktır.

Kamp ateşi uygulamasında ateşi söndürdükten sonra sırtımızda, omurgamızın olduğu yerde hissedilen kamaşma, ürperme, soğukluk duygusuna odaklanıyoruz ve şu telkini yapıyoruz:

“Yıllarca sırtımda taşıdığım olumsuz duyguların omurgamda bıraktığı ruh kalıntılarını, negatif enerjinin kalan kısmını, omzumdan, sırtımdan, belimden, bacaklarımdan, ayaklarımdan toprağa karışıp gitmesi için tamamen serbest bırakıyorum.”

Bunu sık sık tekrar ediyoruz, belli bir süre sonra el veya ayaklarımızda uyuşma, ürperme, üşüme şeklinde değişik bir his oluşacaktır. İşte o an boşaltım başlamıştır, bu negatif enerji toprağa akıyordur.

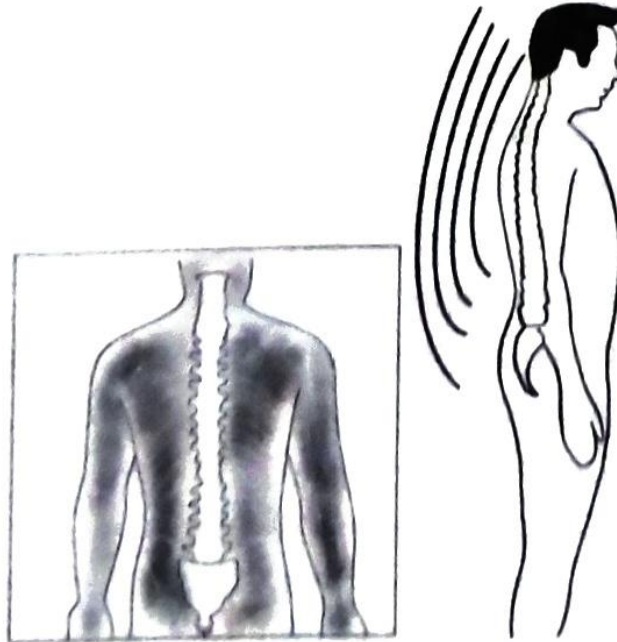
Neden omurgamızda bu negatif enerjinin biriktiğini şamanlar şöyle açıklar:

Omurga kötü enerjinin, kötü ruhların en sevdiği enerjiyle doludur. Evrendeki bütün kötü ruhlar ve enerjiler bedenimizde en çok burayı sever. Bu yüzden yapacağımız her kamp ateşi çalışması sonrasında ateşi söndürdükten hemen sonra omurgamızdaki bu enerjiyi boşaltmalıyız.

Bazen bir yakınımızı kaybettiğimizde yıllarca onun ruh kalıntılarını omurgamızda taşıyabiliriz, bir anda kaybettiğimiz kişinin huylarına yakın huylar edinebiliriz. Sigara içmeyenler içmeye başlayabilir, sakın insanlar agresif olabilir, başkasının enerjisi ile bedenimizde bir döngü kargaşası oluşabilir. Sembolik olarak kaybettiğimiz kişileri sırtımızda, omurgamızda taşımaya devam ederiz. Bu enerjiyi çalışma sonunda boşaltmanın önemi büyüktür, çünkü duygusal ve zihinsel arınmadan sonra bu negatif enerji devam edebilir.

Omurgamızdaki o negatiflik duygusuna odaklandığımız anda bir üşüme hissi gelebilir, danışanlar genellikle bir ürperme hissettiklerini söylerler, nadiren de sıcaklık hissedenler var. Bu yüzden omurga ile ilgili telkin verirken bu hissin adını koyarsanız (soğuk, sıcak, ürperme, uyuşma vs.), bu duygunun daha fazla ortaya çıkmasını sağlarsınız.

Bu hissi deneyimlemek için dışarıdan bir yardıma ihtiyacınız yok. Şekilde görüldüğü alanda omurganın sırt etrafındaki bu enerji, hastalıkla ilgili oto telkin ve duygusal odaklanma anında ortaya çıkar ve çok net bir şekilde hissedilebilir.



Omurgaya yapışan atık enerji bazen bir yas programının kalcıntısı olabilir, bazen yaşadığımız kötü bir deneyimle ilgili negatif enerji olabilir, bazen de doğarken ebeveynlerimizden bize geçen çatışmaların atık enerjisi olabilir.

Bu enerjinin hissedilmesini kolaylaştırmak için bir kişinin yardımını da alabilirsiniz. Yardımcı olacak kişi omurganın başladığı yer olan ense kısmına bir elini, bittiği yer olan kuyruksokumu kısmına diğer elini yerleştirir. İki eli arasında kalan bölgenin ısındığını, ateş gibi yandığını hissedin. Bir süre sonra uyuşma, kamaşma, ürperme, nadiren de ısınma şeklinde sırtınıza doğru bir bulutun genişlediğini hissedin, bu bulutun kollarınıza, belinize kalçanıza doğru akışını başlatmak için şu cümleleri kullanın:

“Şu an sırtımda hissettiğim negatif duyguların atık enerjisi olan o buz gibi hissi, kollarımdan, sırtımdan, belimden, bacaklarımdan, dizlerimden, ayaklarımdan toprağa akıp gitmesi için tamamen SERBEST bırakıyorum.” Burada “serbest” kelimesini bağırarak söyleyin.

Bu şekilde bir telkin verdiğiniz zaman sırtınızdaki o bulutun yavaş yavaş ellerinize ve ayaklarınıza doğru hareket ettiğini hissetmeye başlarsınız. Bu akış başladığında, atık enerji en çok ayaklardan, daha az olarak ellerden boşalmaya başlar ve bu sırada el ve ayaklarınızda üşüme, uyuşma, nadiren de ısınma hissedebilirsiniz.

Bu akış devam ederken aynı telkini tekrar tekrar yapın, elinizdeki ve ayağınızdaki his kayboluncaya kadar buna devam edin. Bu çalışma sonrası uyku ve yorgunluk hali çok sık rastladığımız bir durumdur. Birkaç gün yorgunluk hissedebilirsiniz, ancak birkaç gün sonra eskisinden çok daha fazla özgürleşmiş ve enerjik hale gelirsiniz.

Kamp Ateşi Yöntemi ile Yas Sonlandırmanın Önemi

Birçok hastalığımızın ana çatışmasında bitirilmemiş yaslar çıkar. Bizim bilincimiz yakın birinin kaybını zamanla kabul etse de, bilinçaltı düzeyinde yakınlarımızı toprağa veremeyiz.

Eğer hayatımızda bir yasımız varsa ve biz bu vedalaşmayı bilinçaltı düzeyinde yapmamışsak, vücudumuzda kalıcı hasarlar bırakabilir. Bir kürtajın bile bir ömür sürecektir ağırlığı olduğunu çoğu zaman fark etmeyiz.

Hayatında kürtaj geçmiş olan bir kadının göbek bölgesinde yağlanma olabilir, anksiyete, suçluluk, öfke hali olabilir, yeme bozuklukları görülebilir. Çok fazla çalışmada görüldü ki hiçbir rahatsızlığınız olmasa bile, basit bir yas sonlandırma çalışmasıyla, kişinin sırtındaki büyük psikolojik yük kalkar, daha sevecen, daha sakin, anlayışlı bir bakış açısına geçilir.

Bebek kaybı, erken doğum için de yapılması gereken bu uygulama, bilinçaltımızı yavrumuzu toprağa vermeye ikna eder. Öncelikle kürtaj yasının nasıl sonlandırılacağından bahsedelim.

Kürtaj Yas Sonlandırma

Bunu erken doğum veya bir bebek kaybınız varsa, ona göre de uyarlayabilirsiniz. Burada dikkat edilmesi gereken konu kamp ateşinin tekniklerini doğru uygulamaktır.

Öncelikle yas sonlandırma için oto telkinle başlamalıyız.

“..... yılı ayında anladım ki yaşadığım kürtajın yasını hâlâ içimde taşıyordum. Bunu bugün fark ettim ve gereğini yapıyorum. Bu döngünün bir kader olmadığını anladım, gerekeni yapıyorum, ruhumun bu mesajını aldım, devre dışı bırakıyorum.”

Sonra bir mum ateşi yakıp gözlerinizi kapatın. Yanınızda kocaman bir kamp ateşi hayal edin, ateşin sıcaklığını hissedin,

çıtırtılarını duymaya çalışın ve kürtaj olduğunuz yaştaki görüntünüzü çağırın. Karşınızda beyazlar içindeki kaybettiğiniz bebeğinizi hayal edin, biraz canınız yansa da, onunla konuşmalısınız. İçinizden gelenleri söylerken ho'oponopono tekniğinin cümlelerini mutlaka kullanın:

“Canım yavrum seni kaybettiğimi bilsem de, seni toprağa veremediğimi bugün fark ettim. Seni hayata getiremediğim için çok özür dilerim, lütfen beni affet. Sen beni anne olarak seçtin ama ben anne olmaya hazır değildim, beni seçtiğin için sana çok teşekkür ederim. İçimdeki bu suçluluk yıllarca beni ateş gibi yakmış. Seni ve kendimi özgürleştirmek için, sırtımdaki simsiyah çuvalın içindeki suçluluk, çaresizlik, evlat kaybı ile ilgili olumsuz duyguları birer birer ateşe atıp yok ediyorum. Seni hiç unutmayacak olsam da, seni ve kendimi özgürleştirmek için bugün bu yası sonlandırıyorum. Seni çok seviyorum, ben de ışığa kavuştuğumda beni kapıda karşılayacağını biliyorum ve şimdi seni toprağa vermeyi kabul ediyorum canım yavrum. Seni ışığa göndermeyi kabul ediyorum” diyerek yavrunuzla vedalaşın.

Sonra kamp ateşinin küllerine son kez bakıp, ateşi söndürün ve kendinize şunu söyleyin:

“Yıllarca yavrumun yası ile omurgama yapışıp kalan ruh kalıntılarını kollarımdan, sırtımdan, belimden, bacaklarımdan, ayaklarımdan toprağa akıp gitmesi için tamamen serbest bırakıyorum.”

Bu son telkini defalarca yapmalıyız, el veya ayaklarda karınca lanma, uyuşma tarzı bir şeyler hissettiğinizde boşaltım başlamıştır. Sırtınızdaki yükün boşaldığını hissedene kadar devam edin.

Sonra kamp ateşinin küllerine son kez bakıp, ateşi söndürün.

Yetişkin Birinin Kaybında Yas Sonlandırma

Hayatımızda bir yakınımızın kaybı varsa kaç yıl geçerse geçsin bu çalışmayı yapmamızın çok faydası olur. Bu çalışma hem

giden ruhu hem kalan ruhu özgürlüğüne kavuşturur. Kürtajla çok benzeşse de bir örnek üzerinden anlatayım:

38 yaşında bir beyefendi 24 yaşında babasını kaybetmişti ve o günden beri kilo alıyordu. Adına Ahmet diyeceğimiz bu danışana önce bir mum yakmasını söyledik. Oto telkine başladık:

“..... yılı ayında anladım ki ben babamın gidişini kabul edememişim, onu ışığa gönderememişim. Ona da kendime de eziyet çektirmişim, bugün bunun farkına vardım. Yasımı bugün sonlandıracağım, bu döngüyü bugün kıracağım. Ruhumun bu yarasını saracağım.”

Ahmet Bey’e gözlerini kapattırdık ve bir ateş hayal etmesini istedik. Ateşin sıcaklığını çıtırtısını hissedene kadar bekledik. 24 yaşındaki görüntüsünü çağırdık ve babasının ölmeden önceki görüntüsüyle karşı karşıya geldiğini hayal ettirdik. Babasının yüz ifadesini tarif ettirdik. Sonra babasına ne söylemek istediğini sorduk, babasının da cevabını bize iletmesini istedik. Sonra şu konuşmayı yaptırdık:

“Canım babacığım yıllarca yasını tutarak sana acı çektirdiğimi yeni öğrendim, döktüğüm her gözyaşıyla gözün arkada kaldığı için ışığa ulaşamadığını yeni fark ettim, bunun için özür dilerim, lütfen beni affet. Benim babam olduğun için sana çok teşekkür ediyorum, seni çok seviyorum. Sırtımdaki simsiyah çuvalın içindeki kimsesizlik, yetimlik, özlem, çaresizlik duygularının olumsuz etkilerini ateşe atıp yok ediyorum (iyice yanıp küle dönmesini bekleriz). Seni hiç unutmayacak olsam da, bu yasin sana ve bana zarar verdiğini bildiğim için, bugün bu yası sonlandıracağım. Bu asla seni unutmak anlamına gelmiyor, ben de bir gün ışığa kavuştuğumda kapıda beni karşılayacağını çok iyi biliyorum. Sana tekrar sarılacağım, ellerini tutacağım, kokunu hissedeceğim, o güne kadar sana elveda demek zorundayım canım babacığım. Seni toprağa vermeyi, ışığa uğurlamayı kabul ediyorum ve tekrar görüşene kadar elveda canım babacığım.”

Bu konuşmadan sonra babasının görüntüsünü gülücüklerle, öpücüklerle uğurlamasını ve ateşi söndürmesini isteriz. Kendine:

“Sırtımda, omurgamda yıllarca taşıdığım o buz gibi ruh kalın-tılarını kollarımdan, sırtımdan, belimden, bacaklarımdan, ayakla-rımdan toprağa karışıp gitmesi için tamamen serbest bırakıyorum” şeklinde telkinlerle devam ederiz, eller ve ayaklarda soğukluk, ka-maşma başlayınca boşaltım başlar, bitene kadar devam ederiz.

Hastalıkların Bilinçaltı Çözümleri ve Hastalık-Travma İlişkisi

Vücudun her sisteminin bilinçaltındaki travma karşılığı farklıdır. Bazı hastalıklar travma yüzünden meydana gelirken, bazı hastalıklar travmatik olay sona erdiğinde meydana gelir. Ama bütün hastalıkların ortak noktası enerji bedenimizdeki hasarın bedende görünür hale gelmesidir.

Hedefimiz enerji bedendeki hasarın tamir edilmesidir. Bu da tamamen omurgadan atık enerjinin boşaltılması ile mümkündür.

Kulağa ne kadar garip geliyor değil mi? Sorularınızı duyar gi-biyim: “Peki o zaman travmatik olay iyileşince hasta mı olacağız?”

Hayır, sakın olun. Travmalar devam ederken hasta edeceği bazı organlar vardır, travma sebebi ortadan kalktığında hasta edeceği farklı organlar vardır. Çözüme ulaşmanın yolu travma-nın ortadan kalkması değil, bu travmanın yarattığı çatışmanın farkına varmak ve çatışmanın enerji boyutuna ulaşmaktır.

Yani büyük bir değersizlik yaşadığınız çatışmayı düşünün, bu olay sizde anemi geliştirebilir, anemi geliştirmeden hemen önce, değersizliği ortadan kaldıran bir gelişme yaşarsanız, bu sefer de vücut lösemi geliştirir. Yukarı tükürsen bıyık, aşağı tükürsen sakal gibi bir durum ortaya çıkar. Ancak beynimizin travmaları nasıl yorumladığını anlayıp, oto telkin ve duygusal boşaltma yaparsak ne anemi ne de lösemi gelişir.

Maalesef “Travmanı temizle hemen iyileş” mottosuyla çalışan bir beynimiz yok ama bu cümleyi “Travmanı fark et iyileşmeye başla” şeklinde uyarlamak hiç yanlış olmaz.

Bunu anlamak için şimdi kabaca beynin yapısına ve çalışma prensibine bakalım. Hastalıkları ayrı ayrı ele alacak olsak da, genel anlamda beynin çalışma prensibini anlarsak hastalıkların oluşma şeklini kavramamız daha kolay olacaktır.



1) BEYİN SAPI: Sindirim sistemi, üreme sistemi, boşaltım sistemi beynin bu bölümüne bağlıdır. Çatışmanın aktif fazında beyin sapı tetiklenerek ilgili sistemlerde hücre çoğalmasına sebep olur. Aktif faz sona erip tamir fazı başladığında hücre azalması sebebiyle hastalık ortaya çıkar.

2) SEREBELLUM: Periton, plevra, perikard, dermis, meme derisi gibi vücudu saran zarlar beynin bu bölümüne bağlıdır. Çatışmanın aktif fazında serebellum tetiklenerek ilgili sistemlerde hücre çoğalmasına sebep olur. Aktif faz sona erip tamir fazı başladığında hücre azalması sebebiyle hastalık ortaya çıkar.

3) MEDULLA: Kaslar, tendonlar, iskelet, dişler, kan, dalak, yağdokusu beynin bu bölümüne bağlıdır. Çatışmanın aktif fazında medulla tetiklenerek ilgili sistemlerde hücre azalmasına sebep olur, tamir fazına geçince hücre artar.

4) KORTEKS: Aort, koroner atardamarlar, epidermis, bronşlar, mide, sinirler kortekse bağlıdır. Çatışmanın aktif fazında korteks tetiklenerek ilgili organlarda hücre azalmasına sebep olur. Çatışma tamir fazına girince hücre artar.

Beynin Bölümleri

Beyin 2 ana bölümden oluşur, bu bölümler de 2'şer bölümden oluşur:

- Eski beyin
- Yeni Beyin

Eski beyin

Eski beyin dediğimiz bölge şekilde 1 numara ile gösterilen beyin sapı ve 2 numara ile gösterilen serebellum bölgesidir. Eski beynin bilgileri canlılık tarihinin başladığı dönemden bugüne kadar gelen kodları taşır. 2 milyar yıl öncesinden olduğu tahmin edilen tekhücrelilerden gelen kodlar eski beyinde bulunur.

Eski beynin çalışma prensibinde en önemli nokta şudur:

Çatışma, şok, travma aktif fazda iken (can yakıcı özelliği devam ederken) ilgili organdaki hücreler çoğalmaya başlar. Çatışmanın can yakıcı özelliği ortadan kalkınca (tamir fazı) aynı organdaki hücreler azalmaya başlar. Burada tamir fazının "iyileşme" olmadığını bilmeniz gerekir. Tamir artma veya azalma şeklinde faaliyet gösteren hücrenin, yön değiştirerek azalma veya artmaya geçiş yapmasıdır.

Sonuçta her ikisi de hücre sayısında bir dengesizliğe sebep olur.

Eski beyin için uyarlarsak, çatışma devam ederken artan hücreler bizi hasta ettiği gibi, çatışma sona erince azalmaya başlayan hücreler de bizi hasta eder.

Bizi iyileştiren şey çatışmanın bitmesi değildir, bizi iyileştiren şey farkına varmaktır.

Beyin sapı bizim en eski kodları taşıyan, sürüngelele, solucanlarla kodlarını paylaştığımız beyin bölümüdür. Burası sindirim sistemini, üreme sistemini kontrol altında tutan beyin bölgesidir.

Hastalıkları tek tek incelerken, bunların beynin hangi bölümleri ile ilgili olduğunu bilmek, çözüm açısından büyük kolaylık sağlayacaktır.

Serebellum dediğimiz bölge yine eski beynin kodlarını taşıyan bölgemizdir.

Burası organları saran zarlarla ilgili bölgedir. Akciğer zarı (Plevra), karın içzarı (Periton), kalp zarı (Perikard), deri tabakaları ile ilgilidir.

Yeni beyin

Yeni beyin dediğimiz bölge 3 numara ile gösterilen medulla ve 4 numara ile gösterilen korteks bölgesidir. Bu bölgeler yaklaşık 300 bin yıllık insanlık tarihinin kodlarını taşır. Burada özellikle korteks bölgesi bizim diğer canlılardan ayrıldığımız, sevgi, merhamet, sezgi, anlayış duygularımızın merkezidir.

Yeni beyin bölgesi, eski beynin tam tersi bir prensiple çalışır; çatışma, şok, travma aktif fazda iken ilgili organdaki hücreler azalır, tamir fazı başlayınca hücreler artmaya başlar. Bu bölümlerle ilgili kanserlerin tamir fazında gelmesinin sebebi budur, azalan hücreler artmaya başlayınca, kontrolsüz artış sonucu kitleler oluşur.

Bu yüzden bazı kanser türlerinde danışana şu soruyu sorunuz: “Tebrikler, hangi çatışmanızı çözdünüz, hayatınızda canınızı yakan hangi olaydan kurtuldunuz?”

Medulla bölgesi daha çok hareket sistemini ilgilendiren organlarla ilgilidir. Kaslar, tendonlar, iskelet sistemi, dişler, kan, dalak, yağdokuları ile ilgili kodları taşıyan beyin bölgesidir.

Korteks bölgesi aort, koroner atardamar, epidermis (derinin üst tabakası), bronşlar, mide, sinir sistemi ile ilgili kodları taşır.

Bu bilgileri ezberlemek zorunda değilsiniz, zaten her hastalığı kendi çerçevesinde ele alacağız, ancak beynin çalışma prensiplerini anlamak açısından bu başlıkları bilmekte fayda var.

Dr. Hamer her hastalıkla ilgili yaptığı çalışmalarda hangi hastalığın beynin hangi bölümünü etkilediğini (kontrol röleleri) bize tomografi görüntüleriyle sunmuştur. Burada bu bölümlerin şematik görüntülerini bilmekte fayda var:



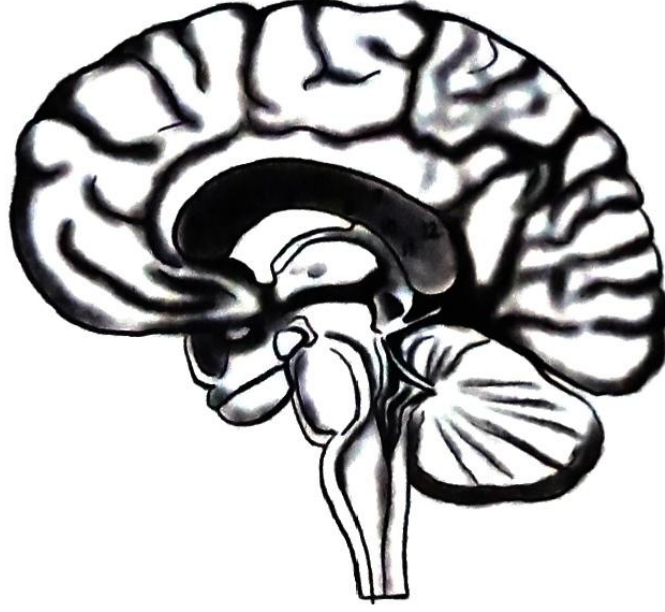
Beyin Sapı Kontrol Röleleri

1. Böbrek toplayıcı tübüller
2. İncebağırsak
3. Uterus mukozası, fallop tüpleri, prostat bezi
4. Farenks, gırtlak
5. Duodenum
6. Kolon ile körbağırsak arası
7. İnce kolon
8. Kolon epiteli, rektum, safrakesesi mukozası
9. Sigmoid
10. Orta kulak submukozal epiteli

Cerebellum/Beyincik Kontrol Röleleri

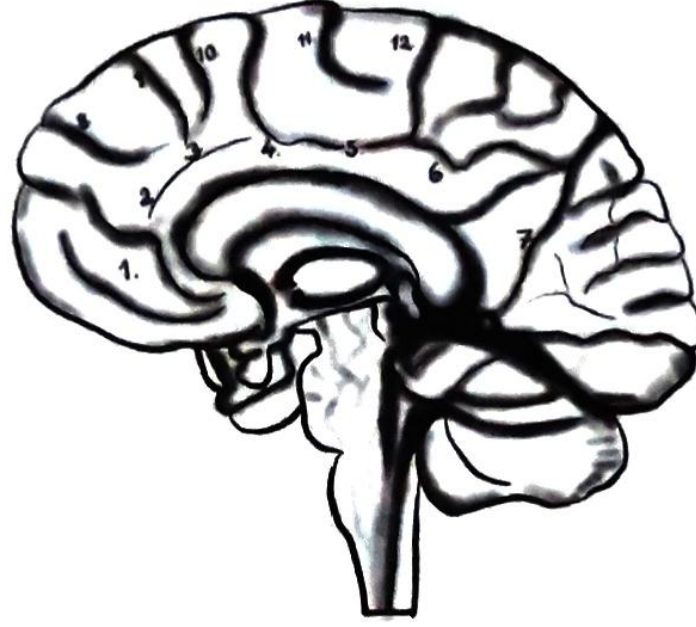


1. Perikardiyum: Kalp zarı
2. Koryum cilt: Üst derinin altındaki tabaka (Hipoderm)
3. Plevra ve periton: Akciğer zarı, karın zarı
4. Meme bezleri



Beyaz Medulla Kontrol Röleleri

1. Kalot (sistik kanal, safra kanalı, karaciğer arasındaki üçgen bölge)
2. Göz çukuru kemikleri, çene kemiği, dişler
3. Servikal, omur
4. Kol
5. Omuzlar
6. Toraks omurları
7. Adrenal korteks
8. Lumbar omur
9. Pelvis
10. Diz
11. Ayak
12. Testis
13. Miyokard çizgili kısım



Korteks Kontrol Röleleri

1. Tiroit kanalları
2. Larengal kas sistemi, konuşma merkezi
3. Larengal yassı mukoza
4. Koroner toplardamar, rahim ağzı epiteli
5. Rektum epitel mukozası
6. Mesane epitel dokusu, renal pelvis, üreter epiteli
7. Retina, görme merkezi
8. Diş minesi
9. Glukagon (şekeri yükselten hormon)
10. Ayak motor bölgesi
11. Ayak duyuşal bölgesi
12. Periost

Şamanlar özellikle korteks bölgesinin ön bölümü olan pref-rontal korteks bölgesinin, yazarlarda, mucitlerde, bilimadamlarında çok geliştiğini söylerler.

Buradaki tıbbi bilgilerin amacı beyinle organlar arasındaki bağı keşfetmek içindir. Bu tıbbi bilgilerin arasında boğulmaya-
cağız, bizim amacımız duygusal çatışmaların farkına varmak.

Hastalıklarla travmalar arasındaki bağı bilirsek, yaşanan hastalıkla ilgili hangi çatışmayı ele almamız gerektiğini buluruz, dolayısıyla döngülerde bakacağımız hastalığın senaryosunu bilmek mümkün olur. Burada yapacağımız zihinsel ve duygusal boşaltım çalışmaları tamamen enerji boyutunda yer açmak için bir ön hazırlıktır. Her hastalığın altında yatan duygusal sebepleri bilmezsek bu enerji boyutuna ulaşmamız mümkün olamaz.

Burada belirttiğim hastalıklar Dr. Hamer ve öğrencilerinin hazırladığı 40 bin dosya ve bizim seans yaptığımız yüzlerce danışanın örneklerinden derlenmiştir.

2. BÖLÜM

HASTALIKLAR VE TRAVMALARI

Vücutun Sistemleri ve Rahatsızlıklar

- Dişler ve hareket sistemi
- Sindirim sistemi
- Solunum sistemi
- Boşaltım sistemi
- Üreme sistemi
- Dolaşım sistemi
- Sinir sistemi
- İç salgı bezleri
- Duyu organları ve deri
- Psikolojik rahatsızlıklar

Konuları bu başlıklar altında toplayacağız.

Hareket sistemi adından da anlaşılacağı gibi bizi hareket ettiren bütün organları kapsar ve genel olarak değersizlik duygusu ile ilgilidir.

Sindirim sistemi, sindiremediğimiz kaba, çirkin olaylar ile ilgilidir.

Solunum sistemi ise daha çok tehlike, ölüm korkusu konularını kapsar.

Boşaltım sistemi bizim alanımız belirleme ile ilgili ana başlıkları kapsar.

Dolaşım sistemi bizim aile içinde yaşadığımız çatışmaları ilgilendirir.

Sinir sistemi donakalma, hareket edememe konuları ile ilgilidir.

Salgıbezleri çakraları ilgilendirir, konuları her birinin özelliğine göre farklıdır.

Duyu organları ilgili duyuların çatışmalarını ilgilendirir.

Psikolojik rahatsızlıklarda genellikle ölüm korkusu, taciz, boğulma anıları görülür.

Burada en büyük başlıklar olarak ifade ettiğim bu çatışmaların her organ için farklı versiyonları mutlaka görülür. Bu yüzden organlar bazında nasıl duygusal çatışmalar yaşanabileceğini, bunların nasıl boşaltılacağını örneklerle anlatacağım.

Tabii ki bir diş hekimi olarak önceliği dişlere vereceğim. Her ne kadar dişlerdeki problemlerin ağız bakımı ile ilgisi olsa da, dişlere ait çatışmaların farkına varmak çok işimize yarayabilir.

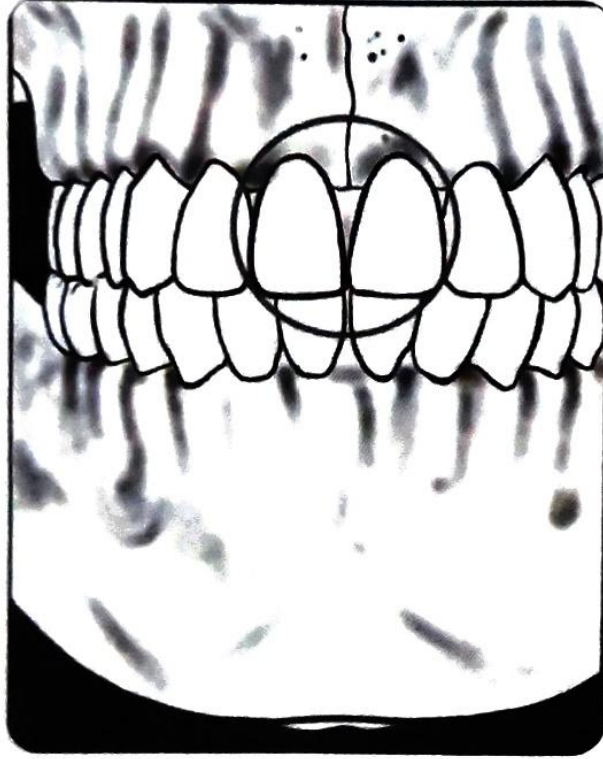
Tıp eğitimi almış biri olarak hastalıklara bu şekilde yaklaştığım için meslektaşlarım tarafından çok defa linç edildim, sağlık müdürlüğüne şikâyet edildim, şarlatanlıkla suçlandım. Bunu yapanlara kızmıyorum çünkü yıllarca onlar da bedenin bir makine olduğuna inandılar.

Burada asla bedeni bir tarafa bırakın, bedeninize iyi bakmanız gerekmez, geleneksel tıbbi tedaviyi bir yana bırakın demiyorum. Sadece bedenden oluşmadığınızı size hatırlatmak istiyorum, bunu 50 bin yıl önceki şaman hekimler de söylemişti, ancak birtakım sebeplerden dolayı sağlıklı bir kutuya sığacak hap şekline getirmek kimlerin işine geldi bunu iyi düşünmeniz gerekiyor.

İyileşme yaşayan yüzlerce vaka var, bunu denemenin bir zararı da yok. Vücuda herhangi bir kimyasal vermediğimiz gibi, telkinlerle psikolojik olarak çok daha iyi hale geliyorsak bunu denemenin ne zararı olabilir?

DİŞLER VE HAREKET SİSTEMİ

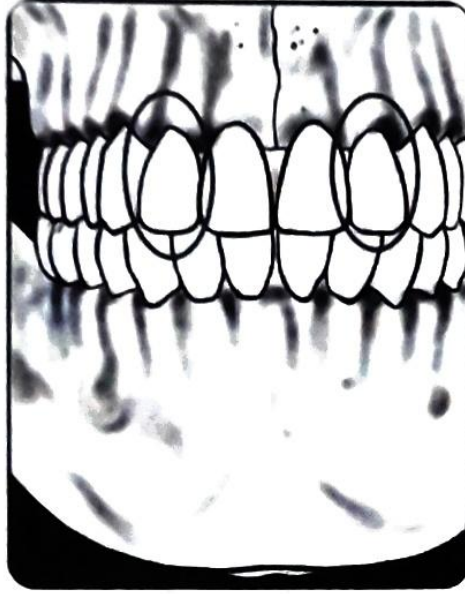
Ön kesici santral diş – 1 numaralı diş



- Anne ve babayı temsil eder, ayırık olduğunda anne ile babanın ayrılığı sebep olabilir. Sağ taraf babayı, sol taraf anneyi temsil eder. Baba ve anne ile göbek bağına kesmek istemeyi, özgürlük isteğini temsil eder.

Örneğin 1 numaralı dişlerinde çarpıklık olan kişilerin anne baba ilişkisinde genelde dengesizlik vardır. Bir çocuğun doğuştan gelen 1 numara eksikliğinde genelde ebeveynlerin yokluğu görülür.

Lateral diş – Ön 2 numaralı diş



- Anne ve baba ile çocuk arasındaki ilişkiyi temsil eder.

Sağ lateral diş baba ile ilişkiyi, sol lateral diş anne ile ilişkiyi temsil eder. Örneğin sağ lateral dişi geride olan bir çocuğun baba ile iletişimi zayıftır. Eksikliği sağ tarafta ise babayla ilişki sorunu, solda ise anneye ilgili sorun vardır.

Köpekdişi – 3 numaralı diş



- Kişinin algılama ve iletişim ile ilgili dişidir. Kendi ihtiyaçlarını sağlamak ile ilgili çatışmaları, anne ve baba ile ilgili iletişim çatışmaları temsil eder. Sağ taraf baba, sol taraf anne ile ilgilidir. Bazen dışarı doğru çarpık, bazen gömük olabilir. Gömük olan taraf sağda ise baba ile ilgili, solda ise anne ile ilgili iletişim sorunlarını ilgilendirir.

4 numaralı diş – 1. küçük azı



- Babadan ve anneden erken dönemde alınamayan sevgiyi temsil eder. Lösemi aile çatışmaları ile ilgilidir (aile içinde değersizlik). Anne ve babanın erken yaşta terk etmesi söz konusu olabilir. Sağ taraf baba, sol taraf anne ile ilgilidir. Bir çocuğun 4 numaralı dişinde erken dönemde çürüme başlarsa çocuğun aile içinde değersizlik yaşadığını görebiliriz. Bazen baba veya anne evi terk etmiş olabilir.

5 numaralı diş – 2. küçük azı



- Ergenlikte yaşanan özsaygı sorunları. Ergenlikten yetişkinliğe geçme dönemi ile ilgili çatışmalar. Anne veya babanın ihaneti. Sağ taraf baba, sol taraf anne ile ilgili çatışmalardır. Bu dişle ilgili çürük varsa genelde ilgili tarafla alakalı ihanet görebiliriz.

6 numaralı diş – 1. büyük azı



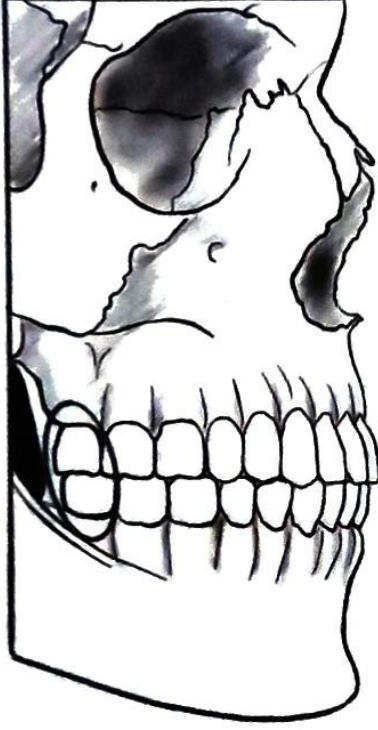
- Büyükanne, büyükbabalarla ilgili diştir. Üst soyların erken kaybı ile ilgili çatışmalara bakılır. Kişinin gelecek planları ile ilgili yaşadığı çatışmaları temsil eder. Sağ taraf eril, sol taraf dişil çatışmalarla ilgilidir. 6 yaş dişi değimiz bu dişler bir defa 6 yaşında çıkar ve ömür boyu ağızda kalır. Erken çürümüşse çocuk yaşta geleceğe dair umutsuzluğa düştüğü çatışmalara bakılır, aynı zamanda çok sevdiği bir yakınının anneanne, dede, babaanne kaybına bakılabilir.

7 numaralı diş – 2. büyük azı



- Bu diş geniş aileyi temsil eder (amcalar, halalar, akrabalar). Kendini ortaya çıkarma, aile içinde varlığını gösterme ile ilgili ya da dayı, amca, hala kaybı ile yaşanan çatışmalara bakılır. Sağ taraf eril, sol taraf dişil çatışmalardır. Erken çürütmesi durumunda bazen aile içi miras sorunlarının çocuktaki karşılığı olarak ortaya çıkabilir.

8 numaralı diş – Akıl dişi



- Üst soyların, büyük büyük anne ve babaların, 3-4 soy üstteki ataların sembolü olan diştir. Ergen 18 yaşına geldiğinde hayatın yükünü almayı reddettiğinde bu dişlerle ilgili sorun yaşar. Fiziksel bedenle maneviyat arasında bağ kopması ile bu diş gömülü kalabilir. Sağ taraf eril (baba, dede, büyük büyük baba vs.), sol taraf dişil (anne, anneanne, büyük büyük anne vs.) ile ilgilidir.

Hareket Sistemi – Çene Hastalıkları

Sembolizme göre altçene anneyi, üstçene babayı temsil eder. Ben bir diş hekimi olarak muayenahanemde çene problemlerinin çoğunda bilinçaltı sistemleri kullanıyorum.

Genel anlamda çenede bir ağrı hissedildiğinde bunun çatışması söylenmek istenip söylenemeyen konularla ilgili olabilir.

Ayrıca kendini dinletememe, sözlü olarak hakarete uğrama, elindeki birikimi kaybetme gibi konular da çene kemiği ile ilgili hastalıklarda bakılması gereken kısımlardır.

Bir çene eklemi rahatsızlığı ve çene kilitlenmesi ile ilgili konuşuyorsak, burada sözünü dinletememe veya otoriteye karşı çıkmama ve sözlerini değersiz hissetme ile ilgili çatışmalara bakılır.

Örnek: Adam aylarca uğraştığı projeyi yönetim kuruluna sunmak ister, tam sunum yapacağı dönemde kurul planı değiştirir ve emekleri boşa gider. Bu durumda çenede ağrı başlar.

Burada döngü hesaplamaya gerek yoktur, basit ağrılar son çatışmanın oto telkini ve kamp ateşi ile çözülebilir.

Bruksizm – Diş Sıkma – Diş Gıcırdatma

- “Ağzımı kapalı tutmalıyım.”
- Öfkeyi içinde tutma
- Saklamak zorunda kalınan sır

Örnek: Lise öğrencisi matematikten zayıf not aldığını ailesinden gizliyor, diş sıkmaya başlıyor. Bu sırrı ailesine söylediğinde diş sıkma bitiyor.

Bir insanın beyni neden dişini sıkma komutu verir? Neyi söylediği için başı belaya girmiştir veya neyi söylerse başı belaya girecekti?

Bazen de çene kaslarını sıkarak kimi veya hangi durumu ısırarak intikam alıyoruz, öfkeleniyoruz?

Beynin çılgın çözümü olarak diş sıkma bazen anne ile babayı bir araya getirme çatışması olarak da ortaya çıkabilir. “Eril-dişil ayrılığı çenemi sıkarak kavuşturuyorum.”

Bunlardan bir tanesi hayatınızda varsa karanlık bir odaya geçin, ilgili kişinin görüntüsünü hayal edin ve bu durumu kamp ateşi yöntemiyle çözüme kavuşturun.

Omurga

Omurga 3 kısma ayrılır:

- 1- Boyun Omurgası
- 2- Göğüs Omurgası
- 3- Bel omurgası ve Sakrum

Boyun omurları

Boyun omurları C (Cervix) ile ifade edilir.

- C1 ile C7 arası: Haksızlık karşısında konuşamama. Sağ taraf sol beyinle ilgili (duygu, öfke), sol taraf sağ beyinle ilgilidir (tehlike, boyun eğme, ilgi arayışı). Eğer bir danışanın boyun omurlarında kronik bir ağrı varsa sürekli adaletsizliğe uğradığı bir durum olabilir. Şimdi tek tek her omurun bilinçaltındaki koduna bakalım:

C1:

- Başlıca dayanak
- Sürekli dikkat
- Dil ile ilgili çatışma, kafa derisini ilgilendiren çatışma
- "Yakınlarım beni dinlemiyor."

Omurgadaki en büyük sorun fitik sorunudur; fitik iki omur arasındaki yumuşak dokunun deforme olması, zarar görmesi veya patlamasıdır. Dolayısıyla biz burada her omurun kodunu bilerek iki omur arasındaki yaşanmış olması muhtemel

çatışmalara bakmalıyız. C1 ile ilgili fitik C2 ile birlikte yaşanacağı için bu iki omurun konularını birleştirerek bakmalıyız. Her zaman buradaki konuların aynısını bulamasak da, boyun omurlarında temel tonalitenin adaletsizlik olduğuna dair çok fazla istatistik olduğunu unutmamalıyız.

Örneğin burada başlıca dayanak bazen babayı, bazen eşi, bazen finansal durumu sembolize edebilir. Herkesin hayatındaki dayanak sembolü farklıdır, bu yüzden buradaki teorik bilgilere hayal gücünüzü ve hayata bakışınızı kattığınız zaman nokta vuruşu yapabilirsiniz.

C2:

- Gözler, sinüs, şaşılık çatışmaları
- Derin iletişim çatışması
- Derin bilginin hayata geçirilememesi

Yaklaşan bir tehlikeye odaklanmak, gözler, sinüs ve şaşılık çatışmalarının konusudur (ilerideki sayfalarda göreceğiz).

Ayrıca hayatınızda önem verdiğiniz kişiyle ilgili iletişim sorunlarının da bu omuru ilgilendirdiğini bilmeliyiz.

Bazen de hayatımızda istemediğimiz bir işi yapıyorsak, başka konularda daha yetenekli olduğumuz halde bunu hayata geçiremiyorsak, ailemiz tarafından yeteneklerimizin hayata geçirilmesi engellenmişse 2 numaralı boyun omurumuz etkilenebilir.

C3:

- Dişle ilgili çatışma, ağrıya katlanamama
- Söylemeye cesaret edememe
- Estetik ile ilgili değersizlik: akne, çıban, egzama

Bazen söylemeye cesaret edemediğimiz bir konu, diş sıkma ile birlikte 3 numaralı omurumuzu etkileyebilir. Burada bahsedilen dişle ilgili çatışmalar fiziki ağrılar olabildiği gibi (çok uzun süre diş ağrısı çekmek), lokmayı yakalayamamakla ilgili sembolik çatışmalar da olabilir.

Ayrıca kendini sevmeme, kendini estetik bulmama (sivilcenin çatışması), kendini kabul ettirememe çatışmaları da bu omuru etkileyebilir.

C4:

- Duyma ile ilgili çatışmalar
- Ebeveynleri sevişirken duyma
- Arayı bulmak için taviz verme çatışması

Kulağı etkileyen çatışmalar 4 numaralı omuru tetikleyebilir. Duyduğunuz bir şeyden incinme, duymak isteyip duyamadığınız güzel sözler, bir çocuğun ebeveynlerini sevişirken duyması bu omurun çatışmalarını tetikleyebilir. Aynı zamanda iki kişi arasında, iki olay arasında kaldığınız, kapana kısılmış hissettiğiniz çatışmalar 4 numaralı omurun tetiklenmesine sebep olabilir.

C5:

- Yerinden edilme ile ilgili adaletsizlik
- "Kalk çabuk orası babanın yeri!"

Bu omurun en büyük çatışması adaletsiz bir şekilde aile içinde değersizlik hissettiğiniz çatışmadır. Aile içinde yer edinememek (fiziksel veya sembolik), miras sorunları ile ilgili adaletsizlik, anne veya babanın diğer kardeşleri kayırması bu omurun tetikleyicileridir.

C6:

- Ölüm korkusu

Hayatınızda ölüme çok yaklaştığınız, ölüm korkusu yaşadığınız bir çatışma var ise, yakınlarınızdan birinin ölümünden korkuyorsanız, aniden kaybettiğiniz bir var ise 6 numaralı boyun omurunun tetiklenme ihtimali çok artar.

C7:

- Tiroit (hızlı olmak, yetişebilmek, aciliyet)
- Boyunduruk altında olma çatışması

Tiroidi tetikleyen travmalar 7 numaralı omuru da etkiler. Tiroidin bilinçaltındaki karşılığı zaman ile ilgili çatışmalardır. Acele etmeniz gereken hayati bir durum (Ör. Trafik kazasında bir yakınınızı hastaneye yetiştirmek), belki bir ödeme gününün yaklaşması konusunda zamanın yaklaşması ile ilgili tedirginlik, sınavlara zaman kalmaması durumunda dersleri yetiştirmeye çalışmak gibi konular bu omuru tetikler.

Aynı zamanda başkasının emrinde olmak ve bu durumdan kurtulamamak ile ilgili çatışmalara da bakmak gerekir.

C7-T1:

- İtibar kaybı
- Yaşama sevincini kaybetme
- Bitirilmemiş yas

Boyun omurunun bitip göğüs omurunun başladığı yerde bir fitik var ise itibarınızı kaybettiğiniz, kendinizi aşağılanmış hissettiğiniz, bu durumdan dolayı şevkinizin kırıldığı durumlara bakmanızda fayda var. Aynı zamanda çok sevilen birinin kaybı sonrası bitirilmemiş bir yas varsa bu bölgedeki fitik sorunlarına sebep olabilir.

Bu omurların her birini ilgilendiren çatışmaları bilirsek, iki omur arasındaki bir fitik konusunun senaryosunu aşağı yukarı tahmin edebiliriz.

Omurlarla ilgili bir kayma veya fitikten bahsediyorsak burada döngülere bakmak gerekir, bir omurun yapısının bozulması bir ana çatışma ve tetikleyici veya bardağı taşıran son damla ile olur.

Örnek:

28 yaşında C3-C4 arası fitik teşhisi konulan bir danışan bize başvurdu. Konuları bildiğimiz için C3 ve C4'ü ilgilendiren konuların teşhisten 1-2 yıl önce yaşanıp yaşanmadığını sorduk. (Bardağı taşıran son damla.)

Bu örnekte kız arkadaşının onu estetik bulmadığı bir hakaret ve ayrılık olduğunu görüyoruz.

Bu durumu 26 yaşında yaşadığını anlatan danışanın yaşını hemen ikiye böldüğümüzde 13 yaşında sınıfta çok zayıf olduğu için bir kızın onunla alay ettiği anısını bulduk. C3-C4 arasındaki senaryoya durum uyumlu olduğu için tekrar yaşı ikiye böldüğümüzde bir çatışma bulamadık. Son olarak benzer senaryoyu annesinin 30 aylık proje amaç döneminde aradığımızda, annesinin hamilelikte çok kilo aldığı için babası tarafından hakarete uğradığını ve bundan çok kırıldığını öğrendik.

Ana çatışmanın proje amaç döneminde başladığı, 13 yaşında tetiklendiği, 26 yaşında bardağı taşıran son damlayla hasta olduğu oto telkinini yaptırıp, kamp ateşiyle boşaltım yaptık.

6 ay sonraki MR görüntüsünde fitik tamamen iyileşmişti.

Göğüs omurları

Bu omurlar T (Toraks) ile ifade edilir.

Göğüs omurları ile ilgili çok fazla fitik problemi görülmez, çünkü bu omurlar çok hareketli değildir. Bu yüzden bu omurları kısa başlıklar olarak belirteceğim:

T1:

- Kol ile ilgili çatışmalar, aşı, enjeksiyon korkusu
- Ölüm korkusu
- Böbrek, trakea, özefagus, kemik ile ilgili çatışmalar

T2:

- Kalp sorunları, alan kaybı

T3:

- Alanında tehdit
- Anneden yeterli ilgiyi alamama, anneye öfke

T4:

- Safrakesesi
- Aile/Soy klanı ile ilgili çatışma

T5:

- Kan ile ilgili çatışmalar, klanla bütünleşememe
- Karaciğer, yoksunluk, yetersizlik
- Baba çatışması

T6:

- Mide çatışmaları
- Yanlış anlaşılma
- Ailede dışlanma

T7:

- Pankreas çatışmaları (rezillik, iğrençlik)
- Babasının soyadını taşımayan çocuk kim?

T8:

- Kan bağı
- Anne ile baba arasında seçim yapmak zorunda kalan çocuk

T9:

- Adrenal salgıbezi çatışması (yön tayini, hafıza kaybı)
- Tatmin edici açıklama yapılmadan terk edilme, kayıp

T10:

- Böbrek, dalak çatışmaları (hınç, öfke, içimde kanayan yara)
- Kişiliğin çöküşü

T11:

- "Alanımı istediğim gibi düzenleyemedim."
- Dalak çatışmaları (hınç), aileye öfke

T12:

- Ergenlik çatışmaları
- Suçluluk, utanç, pişmanlık, vicdan azabı içeren cinsellik deneyimleri

Bu omurlarla da çalışırken tıpkı boyun omurlarında olduğu gibi omurlar arası ortak senaryo bulunur ve döngüler hesaplanarak çalışma yapılır.

Bel omurları ve sakrum (kuyruksokumu)

Burada L harfi (Lumbar) bel omurunu, S ise (Sakrum) kuyruksokumu kemiğini ifade eder. Bel fıtığı, bel ağrısı, bel tutulması gibi problemler çok kişide görülür. Genel konusu başkalarıyla ilgili iletişim çatışmaları, desteksiz kalma, finans sorunları ve cinsellik çatışmalarıdır.

L1:

- Güçsüzlük, iktidarsızlık
- Baba yokluğu veya babanın zorbalığı
- Seks çatışması, ensest

Eğer hayatınızda cinsellikle ilgili bir yetersizlik duygusu yaşıyorsanız, baba veya eş otoritesiyle ilgili travmatik olaylar yaşamışsanız, taciz veya ensest gibi durumlara maruz kalmışsanız 1 numaralı bel omurunuz tetiklenmiş olabilir.

Babasını erken kaybeden danışanlarımın da bu omurunun tetiklendiğini söyleyebilirim.

L2:

- Apandisit çatışmaları (içinden çıkılamayan kaba ve pis olay)
- Rezerv kaybı, birikim kaybı

Hayatınızda beklenmedik bir anda birikiminizi kaybettiyseniz (borsa, haciz, kumar vs.) bu durumlarda 2 numaralı omurunuz tetiklenebilir.

Ayrıca kendinizi suçlandığınız, aşağılandığınız bir olayın içinde bulduğunuz ve bu durumdan kurtulmayı başaramadığınız çatışmalarda da bu omur kodlanabilir.

L3:

- Safrakesesi, testis, yumurtalıkla ilgili çok derin kayıp çatışması
- Evlat kaybı, düşük, kürtaj, evlatlık verilen çocuk çatışması
- Menopoz çatışması (üreyememe)

Menopoza giren kadınların çoğunda bel ağrısı özellikle bu omuru ilgilendirir. Burada kadınlığını kaybetme, eskisi kadar dişil olamama, erkekler için yeterince çekici olamama gibi çatışmalar önemlidir.

Aynı zamanda hayatınızda bir düşük, kürtaj veya evlat kaybı gibi anılar varsa veya ailenizde evlatlık verilen bir çocuk varsa, siz evlatlık verilmişseniz bu omurun tetiklenmesi çok olası bir durumdur.

Çok aşırı kin duyduğunuz olaylarla da bu omur kodlanabilir.

L4:

- “Ben kimseye benzemiyorum, çok değersizim, bende bir gariplik var.”

Sosyal anlamda kendinizi aşağılanmış hissettiğiniz, kendinizi estetik olarak hakarete uğramış hissettiğiniz, dışlandığınız, topluluğun dışına atıldığınız çatışmalar 4 numaralı omurun tetikleyicisidir.

L5:

- Partnerle ve cinsel ilişki ile ilgilidir.
- “Annem tarafından desteksiz bırakıldım.”
- “Sosyal olarak yetersizim, arkadaş, komşu ilişkim zayıf.”

Tıpkı 4 numaralı omurda olduğu gibi dışlanma, sosyal olarak kabul edilmeme çatışmalarının yanında, partner tarafından hakarete uğrama, cinsel olarak reddedilme, cinsellikle ilgili isteksizlik, eş veya anne tarafından desteksiz bırakılma çatışmaları bu omurun tetikleyicileridir. Boşanma sonrası kadınlarda en çok bu omur kodlanır.

L5-S1:

Bel omuru ile sakrum arası yumuşak doku zedelendiğinde öncelikle seks ve cinsellikle ilgili çatışmalara bakılmalıdır.

Aynı zamanda kendinizi kapana kısılmış, iki arada bir dere-de kalmış hissettiğiniz çaresizlik çatışmalarına bakmak gerekir.

- Seks ile ilgili blokaj
- Cinsel performans çatışması
- Kapana kısılmış gibi hissetme çatışması

Çok fazla kişinin sıkıntısı olan bel ağrıları, bel fıtığı gibi problemlerin ana şifreleri bunlardır. Kuyruksokumuna yaklaştıkça cinsel değersizlik konuları ağır basar.

Yine bir örnekle açıklayalım:

48 yaşında L3-L4 arasında fıtık problemiyle gelen bir hanımefendinin teşhis konulan yaşını sorduk. 45 yaşından beri bel ağrısı çektiğini söyleyen hanımefendi 44 yaşında menopoza girmiş ve tam bu dönemde eşinden ayrılmış. (Bardağı taşıran son damla.) Bu örnekte bağımsızlık döngüsünü kullandık; 20 yaşında evlendiğini söyleyen danışanın ağrısının 3. bağımsızlık döngüsünün 4. yılında başladığını öğrendik. Bu bağlamda 4-24 yaşları sorgulamamız gerekti.

4 yaşında annesi babasından şiddet görmüş, 24 yaşında vajinismus nedeniyle eşinden hakaret yemişti. Bu 3 senaryonun birbirine benzediği konu, kadınlık ile ilgili değersizliktir.

Proje amaç döneminde annesinin bir şiddet anısı daha ortaya çıkınca bu ana çatışmayı, 4 ve 24 yaşındaki tetikleyicileri, son olarak 44 yaşındaki bardağı taşıran son damlayı ekleyerek oto telkin yaptık. Her bir çatışma için ayrı ayrı kamp ateşi yaparak duygusal çatışmayı boşalttıktan 1 ay sonra bel ağrıları tamamen geçti, 4 ay sonra MR'da fıtık görülmedi.

Omuz

Baskın el sağ el ise sol omuz başkalarıyla ilgili çatışmaları ilgilendirir:

- “Bir çıkmazdayım, aşağı tükürsem sakal, yukarı tükürsem bıyık. Çok sert yargılanıyorum (ailem tarafından).”

- Mağaradan çıkmak için sembolik olarak omzu kullanma.

Baskın taraftaki omuz kendimizle ilgili çatışmalardır:

- Kendini acımasızca yargılama, performansını yetersiz bulma, kendini sevmeme

Annesiyle eşi arasında kalan bir kadın danışanımızdan örnek verelim. Evlenirken annesi evleneceği kişiyi benimsemiş, sürekli ondan boşanmasını istemiştir. Bunu başaramayınca en azından çocuk yapmak için acele etmemesi yönünde baskı yapmıştır. Kadın hamile kaldığında bile bunu bir süre annesinden gizlemek zorunda kalmıştır. Hamilelik haberini verdiği hafta sol omzu tutulmuş, doğumdan sonra bile fizik tedavi seansları almak zorunda kalmıştır. Döngülerine baktığımızda aynı durumu annesinin de kendi annesi ile yaşadığını gördük, oto telkin ve kamp ateşi yöntemiyle 1 hafta gibi kısa bir sürede omuz ağrıları tamamen geçti.

Eğer çok şiddetli bir omuz ağrısından bahsediyorsak döngülere bakmak gerekir. Arada sırada gelen omuz ağrılarında yukarıdaki çatışmaların oto telkini ve kamp ateşi ile duygusal boşaltımı yapılarak çözüme hızla kavuşulur.

Skolyoz

Skolyoz omurganın sırt veya bel bölgelerinin yana doğru eğilmesidir. Bazen normalde var olan sırttaki kamburluk veya beldeki çukurluğunda artması ile beraber olur.

Çatışmaları:

- Ergenlik döneminde ne çocuk ne genç hissetme ile ilgili kimlik çatışması
- "Taşımayı beceremediğim ağır yükün altında eziliyorum."
- "Başkaları için kendimi feda ediyorum."
- "Yaralanma, dokunma, taciz vb. durumlardan sakınmak için eğri oluşturun."
- Anne baba ayrılığında çocuğun seçim yapmak zorunda kalması
- Ensest anısı
- Başkalarıyla, yaşlılarıyla kıyaslanma çatışması

Örnek:

12 yaşındaki kız çocuğu uyurken abisi tarafından taciz ediliyor. Bu durumu kimseye söyleyemiyor ve beden skolyoz geliştiriyor. Üst soyda aynı numaradaki annesinin de 12 yaşında bir ensest anısı ortaya çıkınca bu ana çatışma kabul edilip, yaşadığı olay bardağı taşıran son damla olarak belirleniyor, oto telkin yapılıyor. Kamp ateşi ile duygusal boşaltım yapıldıktan sonra yüzleşince kısmi düzelme sağlanıyor.

Skolyozda mutlaka döngülere bakmak gerekir.

Skolyoz çoğu zaman ergenlik döneminde ortaya çıkar çünkü bu dönemde danışan ne çocuk ne de genç hissettiği bir çatışma yaşamış olabilir.

İkinci önemli çatışması da ensest travmasıdır. Beyin saldırılarından korunmak için omurgada eğri çizerek yatakta korunma programı oluşturabilir.

Kifoz (Kamburluk)

Kifoz, omurganın öne eğrilmesi durumudur.

Çatışmaları:

- “Cenin pozisyonuna girerek kendimi korumaya alırım.”
- Anneyle bağlantılı büyük değersizleşme
- Anne ile ilgili duyulan kaygı

Örnek:

Çocuk ilkokula başladığı dönemde annesi acil olarak hastaneye kaldırılır. Yaklaşık 3 ay hastanede yatar, evinden ve annesinden ayrılan bu çocukta kamburluk oluşur. Proje amaç döneminde annesinin kendi annesinin de hastaneye kaldırıldığı öğrenilince bunun ana çatışma olduğu anlaşılır. Çocuğa bu durum uykuda anlatılarak büyük oranda çözüme kavuşulur. 0-10 yaş arası çocuklarda oto telkin veya kamp ateşi yapılmaz, onlara daha önce anlattığımız ho’oponopono tekniği ile çatışma anlatılır, düzelme görülür.

Büyüklerle çalışıyorsak da döngü hesabı, oto telkin ve kamp ateşi mutlaka yapılmalıdır.

Lordoz

Lordoz belde, omurganın aşırı eğrildiği bir durumdur. Genelde hamilelerde ve göbeği önde olan kişilerde daha sık gözükür. Omurga boyun, sırt ve bel kısmında kafanın ağırlığını desteklemek ve şok darbelerini emmek için doğal olarak kıvrımlara sahiptir.

Çatışmaları:

- Babayla bağlantı kurma isteği
- Sembolik olarak anneden kaçıp babaya sığınma isteği

Örnek:

Kadın hamile kaldığında kocası erkek beklentisi için hazırlık yapar. Kız olduğunu anlayınca hazırlıklardan vazgeçer, çocukta lordoz oluşur.

Bir hastalık doğuştan oluşmuşsa, sadece proje amaç döneminin temizlenmesi yeterlidir.

Bu durum çocuğa uykuda anlatılarak çok hızlı düzelme görülür.

Ankilozan Spondolit

Bireyin omurgasında bulunan birtakım bazı küçük kemiklerin, yani omurların zamanla birbirleri ile kaynaşmasına neden olabilen inflamatuvar bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- “Kımıldamadan kalmak isterim, düşüncelerimi değiştirmekte zorlanırım.”

- Güvence, teminat, güçlendirme, ana direğin iplerini elde tutma ile ilgili yaşanan değersizlik

- Başkaları ile ilişkide değer yitimi

- Seksüel değersizlik

- Sevişmeyi istememe veya istenmeme

Örnek:

Aile şirketi yöneten bir adamın işleri ters gider ve bütün ailenin maddi durumu bozulur. Bu yükün altında ezilen adam 42 yaşında ankolizan spondolit geliştirir. 40 yaşında iflas ettiğini öğrendiğimiz danışanın, 20 yaşındaki döngüsünde borsada para kaybettiğini öğrendik. Yaşı tekrar ikiye böldüğümüzde herhangi bir çatışma bulamadık, proje amaç döneminde

babasının iflas ettiğini öğrendiğimizde bunu ana çatışma olarak kabul ettik. Oto telkin ve kamp ateşi yöntemiyle hatırı sayılır bir çözülme yaşandı.

Osteoporoz (Kemik Erimesi)

Kemik erimesi olarak da bilinen osteoporoz; kemik yapısı içinde kalsiyum azalmasına bağlı olarak kemiğin kırılma olasılığını artıran bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Kişinin yaşlandıkça kendini değersiz hissetme çatışması
- “Gençken yaptıklarımı yapamıyorum, bunu kabul edemiyorum.”
- “Artık âdet görmüyorum, yeterli değilim.”
- “Kıymetli değilim, benden geriye kemiklerim bile kalmamalı.”
- Geçmişe duyulan büyük özlemi çağrıştıran çatışmalar

Örnek:

Gençliğinde çok güzel ve alımlı olan kadın kötü bir evlilik yapar ve erkeklere duyduğu güvensizlikten dolayı 38 yaşında erken menopoza girer. Yaşadığı bu pişmanlık ile boşanmaya kalksa da artık eskisi kadar güzel ve genç değildir. Bu dönemde kemik erimesi başlar. Döngülerine bakıldığında annesi ile aynı dikey hatta olduğu, annesinin de aynı yaşta menopoza girdiği görülür. Oto telkin ve kamp ateşi yapılarak kemik erimesinin durması sağlanır.

Ayaklar

Yumru ayak

Doğuştan çarpık ayak (Club foot, Clubfoot, Pes Ekinovarus, Yumru ayak) olarak bilinen tek ya da her iki ayakta görülebilen doğumsal bir deformitedir. Kısaca PEV olarak da bilinir. Etkilenen ayak ya da ayaklar bilekten içeri dönük şekildedir.

Çatışması:

- Anne karnındayken bebek vibrasyonlu (testere, matkap) bir sese maruz kalmış olabilir. Bu sesi tehlike olarak kodlar.

Örnek:

Anne hamileyken dişlerini yaptırır, çocuk dişçideki aletlerin sesini tehlike olarak algılar ve yumru ayaklı olarak doğar.

Ayak bileği

- Anneyle ilişkide yön çatışması
- Gafil avlanmak
- Arada kalmış olmak, seçim yapmak ve karar vermek konusunda güçlük çekmek.

Örnek:

Annesi tarafından sürekli eleştirilen bir kişinin bu duruma engel olamaması durumu.

Eğer ayak bileğinizde bir sorun varsa öncelikle anneniz ile ilişkinize bakmakta fayda var. Aynı zamanda iki kişi, iki olay arasında kalma çatışmalarınıza da bakmakta fayda var.

Ayak tabanı-Yüksek taban

Yüksek taban, pes cavus olarak adlandırılır. Ayak tabanını destekleyen arklardan birisi olan, ayağın iç yüzündeki medial longitudinal ark gergindir. Yürüme ve koşma gibi hareketler esnasında vücut ağırlığı aktarıldığında, ayak tabanı esneyemez.

Çatışmaları:

- “Annemle aramdaki mesafeyi korumak istiyorum.”
- “Anneme güvenemem.”
- “Zamanı hızlandırmak istiyorum.”

Örnek:

Hamile kadının eşi bir alacak davası yüzünden hapse girer. Bir yıl hapis cezasının bir an önce bitmesi için dua eden annenin bebeği yüksek tabanlı olarak doğar.

Düztaban

Düztabanlık, ayağın normalde olması gereken iç uzun kavsinin kaybolarak topuğun dışa doğru kayması ile karakterize bir ayak deformitesidir. Düztabanlık denildiğinde genellikle akla çocuk ayağı gelir, fakat düztabanlık sadece doğuştan olan bir durum değildir.

Çatışmaları:

- Anneye temas, kaynaşma isteği
- Çocuk annesinin sağlığı için endişe ederse bu çatışma olur.

Örnek:

Anne doğumdan hemen sonra apandisit ameliyatına alınır ve bir hafta yoğun bakımda yatar. Bebek hissettiği temas yoksunluğu yüzünden düztaban olur.

Dizler

- Hayatınızda taşıdığınız çok ağır bir yük
- Yükümlülük ve itaat ile ilgili çatışmalar
- Fiziksel veya spor yapmaya dair değer yitimi çatışması
- Doğum anında bir kaza oldu mu?
- “Annemin isteklerini yapmak zorundayım, ben anneme mecburum, yoksa beni sevmez.”

Örnek:

Üniversite sınavına çalışan çocuğun aşırı baskıcı annesi her yarım saatte bir çocuğunu ders çalışması konusunda uyarır. Bir süre sonra çocukta diz ağrıları başlar.

Çok şiddetli bir diz ağrısından bahsediyorsak mutlaka döngülerdeki ortak senaryoya bakmak gerekir. Hafif ağrılarda son çatışmaya bakmak yeterlidir.

Dizlerinizde bir sorun varsa ilk bakmanız gereken yer hayatınızdaki otorite çatışmasıdır.

“Kime diz çökmek zorunda kaldınız?”

Bütün bu maddelerin dışında bazen hayatınızda kaybettiğiniz birinin yasını sonlandıramamak da çatışmanın sebebi olabilir.

Topuk dikenini

Topuk dikenini, ayak tabanımızda yer alan kısa kasları topuk kemiğine bağlayan fasya adındaki liflerde yırtılma/kopma sonucu oluşan enflamasyondur.

Çatışmaları:

- Ana çatışma yanlış yöne gitmektir.
- Yavaşlama ihtiyacı hissetmek
- İstemediği bir hayat yaşamak ve bunu engelleme isteği
- “Annemle temas beni incitiyor ama temas istiyorum.”

Örnek:

Bir adam aile şirketine istemediği bir iş yapıyor. Yeteneklerini boşa harcadığını düşünüyor, topuk dikenini geliştiriyor. Bu çatışma ile yüzleşince topuk dikenini geçiriyor.

Topuk dikenini tek çatışmayla oluştuğu için döngülere bakmaya gerek yoktur.

Eller

- Baba ile ilgili çatışmalar
- Komuta etme, hükmetme, işlerin icrası, yaratıcılık ile ilgilidir.
- Bir şeyi başaramama ile ilgili çatışmalar eli ilgilendirir.

Ellerle ilgili bir problem varsa ilk bakacağımız yer baba ile ilgili çatışmalardır. Aynı zamanda elimize geçen fırsatları kaçırma, bir işi becerememe, parayı elde tutamama gibi çatışmalara da bakılabilir.

Elde Terleme

- Sıvı çatışması + ayrılık çatışması
- “Ateşi (sembolik veya gerçek) ellerimle söndürürüm. Yangın anısı.
- Yaşadığım haksızlığı ellerimden yıkayarak çıkarmaya çalışırım.
- Ellerle yapılan bir suç

Örnek:

Çocuk kuzeninin evinden bir oyuncacı gizlice alır ve kimseye haber vermez. Annesi o oyuncacı bir gün yakalar ve özür dileyerek iade etmek zorunda kalır. Ertesi ay ellerde terleme başlar.

El bileği – Bilek ağrısı

El bileğinizde bir sorun varsa iki kişi, iki olay, iki durum arasında çözümsüz kalmakla ilgili çatışmalara bakabilirsiniz.

- Aracıların, emlakçıların çatışması: İki kişinin arasını bulma çatışması
- Yeteneklerle ilgili kendine güvensizlik çatışması
- Grup tarafından bir kenara koyulma veya birini gruptan ayırma çatışması
- “Arkadaşlarım beni onların ekibinde istemiyor.”

Örnek:

Hamile kadın aynı zamanda apartman yöneticisidir. Komşuların bitmeyen sorunları yüzünden sürekli arabuluculuk yapmak zorunda kalmıştır. Doğan çocuğu yıllarca bilek ağrısı çeker, bu durum ona anlatıldığında ağrılar geçer.

Karpal tünel sendromu

Karpal tünel, insan elinin avuç içi kısmında yer alan, kemikler ve bağlar ile çevrili dar bir kanaldır. Karpal tünelde bulunan ve median sinir adı verilen sinir üzerine baskı uygulanması el ve kollarda uyuşma, karıncalanma ve halsizliğe karpal tünel sendromu adı verilir.

Çatışmaları:

- “Konuşmam bastırıldı, engellendi.”
- Kendi klanındaki birini dışlama, ondan utanma
- Arabulucu olma çatışması, iki grup arasında köprü olma zorunluluğu

Örnek:

İşçi sendikasına başkan seçilen adam işverenlerden yeterli zam alamaz, işçiler tarafından yuhalanır. Kendini değersiz hissedenden adamda karpal tünel sendromu gelişir. Bu çatışma ile yüzleşince tamamen normale döner.

Kaslar

Kaslarla ilgili ağrılar tamir fazında oluşur. Kendimizi savunamadığımız bir çatışmanın içindeyken, kendimizi savunur hale geldiğimiz anda ilgili bölgede kas hastalıkları ortaya çıkar.

Miyopati

Miyopati, kas dokularını etkileyen hastalıklardır. Kas hastalıkları zayıflık, iltihaplanma, spazmlar ya da felç ile sonuçlanabilir.

Çatışmaları:

- Kadın, evlilikten soğuyan ve eve gelmeyen eşini ikna etmek için hamile kalır, bu bebeğin dünyaya gelme amacı evliliği kurtarmaktır.
- Aynı şekilde erkek de evlilikten soğuyan, boşanmak isteyen kadını ikna etmek için onu hamile bırakmış olabilir.

Her iki durumda da dünyaya gelen bebek proje bebektir, miyopati kodunu almış olabilir.

- Değersizleşme karşısında hissedilen güçsüzlük
- "Olduğum yere çakılıp kaldım."
- Pişmanlık duyulan bir olay veya davranış anısı
- Kasın hareketi ile oluşan stresi azaltmak için beyin yıkım emrini verir.

Örnek:

Adam bir gece kulübünde müzisyendir ve işi bittikten sonra hemen eve gelmemektedir. Bu durumdan rahatsız olan kadın adamı eve bağlamak için hamile kalmaya karar verir ve korunmayı bırakır. Doğan çocukta miyopati görülür, bu durum çocuğa anlatılınca normale döner.

Ebeveynlerden birinin eve gelmeyen eşi eve bağlamak üzere çocuk projesinin sonucu, doğan çocukta miyopati gelişebilir. Proje amaçta ebeveyni bunu yaşayan çocuğun kendi hayatında yaşadığı benzer senaryo ile yetişkinlikte ortaya çıkarsa döngülere çalışıp, kamp ateşi ile duygusal boşaltma yapmak gerekebilir.

Multipl Skleroz – (MS)

MS (Multiple Skleroz) beyinde ve omurilikte, mesajları taşıyan sinir telleri etrafındaki koruyucu kılıfın (miyelin kılıfı) hastalığıdır. Merkezi sinir sistemi ile organların bilgi iletişimini sağlayan omuriliğin miyelin tabakası üzerindeki fiziksel tahribatının bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır.

Çatışmaları:

3 temel çatışma görülür:

- Dikey düşüş (sembolik de olabilir)
- Değersizlik
- PROJE/AMAÇ dönemi partneri evde tutmak için döllen bebek

Ayrıca bakılması gerekenler:

- Kaçamıyor olmak
- Kendini berbat hissetmek
- Bir emre itaat etmemek, emri yavaşlatmak
- Soyağacında zimmete para geçirme hatırası
- Yırtıcıdan kaçmak için ölü taklidi yapmak
- Doktorda, dişçide aşı, iğne yapılırken kıpırdamadan durma çatışması
- Babanın korumasını kaybetmek, bir erkek tarafından şiddete uğramış olmak

Örnek:

Adam karısını aldatmaktadır ve kadının gitmesine müsaade etmemektedir. Kadın daha fazla dayanamaz ve evi terk etmeye karar verir ancak tam o dönemde adam karısını evde tutmak için zorla hamile bırakır. Doğan çocuk annesinin yaşına geldiğinde MS teşhisi konulur.

MS ile ilgili en önemli nokta, miyopatinin tersine evden ayrılmak üzere olan eşin gidişini engellemek üzere bir çocuk projesinin yapılmasıdır. Eş henüz gitmemiştir, gidişi durdurmak üzere bebek projesini yapan anne veya babanın çocuğunda görülebilir.

Yetişkinlerde bardağı taşıran son damlada yukarıdaki çatışmalar bulunursa, döngülerde benzer senaryoya bakılır, proje amaç döneminde eşi evde tutma projesi de varsa, oto telkin ve kamp ateşi ile çalışma yapılır. Bu konuda hem benim çalışmalarımda hem istatistiklerde çözölen çok fazla vaka vardır.

Fibromiyalji

Fibromiyalji sendromu (FMS) olarak da adlandırılan fibromiyalji, vücutta genel hassasiyet alanlarının oluştuğu, kaslarda ve kemiklerde ağrı ile genel yorgunluk hissedilen, uyku düzenninde problemlere ve bilişsel bozukluklara neden olan kronik, yani uzun süreli bir durumdur.

Çatışmaları:

- "Çok küçük yaşta yaşadığım duygusal bir acı ve suçluluk hissettiğim duygu peşimi bırakmıyor."
- 4 çatışma bir arada olabilir:

- 1- Değer kaybetme
- 2- Kendini savunamama, değersizlik
- 3- Dikey düşüş (sembolik de olabilir)
- 4- Büyük bir ahlaki veya fiziksel acı

- Baba-anne arası iletişim bozukluğu
- Dişil (kas)-eril (sinir) taraf arasındaki çatışma

Örnek:

Çocukken annesinin babasından şiddet görmesi karşısında çaresiz kalan küçük kız büyüdüğü zaman eşinden şiddet görüp kendini savunamadığı dönemde fibromiyalji geliştiriyor. Bize geldiğinde 28 yaşında olan danışan 25 yaşından beri kas ağrıları çektiğini, doktora gittiğini ve fibromiyalji teşhisi konulduğunu ifade etmiştir. 25 yaşından 1-2 yıl önce eril-dişil çatışması anlamında ne yaşadığını sorduk, 24 yaşında eşi tarafından şiddet görüp evden atıldığını öğrendik. 18 yaşında evlenen bu danışanın bağımsızlık döngüsüne baktığımızda bağımsızlık döngüsünün birinci bölümünü (6 yaş) sorduk; aynı senaryoyu 6 yaşındayken annesinin de yaşadığını anlattı. Proje amaç döneminde annesinin kayınvalidesi tarafından şiddet gördüğünü de anlatınca, ana çatışmanın bu olduğuna karar verdik. Oto telkin çalışması ardından duygusal boşaltım yaptık, 1 hafta içinde ağrıları tamamen geçti.

Artrit

Vücut tarafından üretilen, eklemlerde meydana gelen iltihaplı bir durumdur. Ayak bileği, diz, el bileği vb. eklemlerin iltihaplanması ile birlikte şişme, sertleşmeye yol açan hastalıklar ve eklemlerde ağrı gibi durumlara neden olabilir.

Çatışmaları:

- Değersizlik çatışmasının tamir fazıdır.
- Kişinin çocukları ile ilgili endişeleri
- Harekete geçmek ile ilgili endişeler

Örnek:

Çocuğu kaza geçiren ve yaralanan aşırı koruyucu bir anne bu durumdan kendini sorumlu tutar. Çocuğu iyileştikten hemen sonra artrit gelişir.

Yapılan çalışmada döngülerde benzer senaryo bulundu ve çalışma ile hızla düzelme görüldü.

Romatizma

Romatizma çocuklar dahil olmak üzere her yaş grubundan kişide görülebilen, kas, iskelet ve bağlardan oluşan hareket sisteminde oluşan ağrı ve hareket kısıtlılığı ile birlikte seyreden kronik bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Zayıf bir öz değersizlik çatışması
- Çocukları için telaşlanan ebeveynin çatışması
- Başkalarının eleştirisinden korkma çatışması

Örnek:

Otoriter bir anne yıllarca aile içinde çok değer görmüştür, yaşlandığı zaman artık kimseye sözünü geçiremez, fikirleri önemsizdir. Romatizma geliştirir.

Romatoid Artrit

İltihaplı romatizma, yani tıbbi adıyla romatoid artrit (eklem romatizması), kronik bir inflamatuvar bozukluktur. Bu bozukluk bazı bireylerde cilt, gözler, akciğerler, kalp ve kan damarları dahil olmak üzere çok çeşitli vücut sistemlerine zarar verebilir.

Çatışmaları:

Tamir fazında ortaya çıkar.

- Değersiz hissettiren deneyim
- Taciz, tecavüz, ensest anısı
- Yapılan bir eylemden duyulan pişmanlık

Örnek:

Ütü yapan bir kadın ütüyü hemen yanında oynayan çocuğun ayağına düşürür. Çocuğun ayağında ciddi yanıklar oluşur. Her ütü yaptığında bu olayı hatırlayıp üzülür, sağ elinde romatoid artrit geliştirir.

SİNDİRİM SİSTEMİ

Sindirim sisteminin ana konusu sindirilemeyen çatışmalar, unutamama, bir pisliği yıkamak isteme, lokmayı yakalayamama (sembolik), acı veren ayrılıklardır.

Dil-Dilaltı Bezleri-Dil Kanseri

- Lokmayı yakalayamama çatışması
- Çok şiddetli bir arzuyu baskılamak zorunda kalma

Örnek:

Adam karısından boşanmıştır ancak onu hâlâ arzulamaktadır. Çocukları için her bir araya geldiklerinde bu arzusu daha da artar. Sonunda dilaltı kanseri gelişir.

Gırtlak

- Nefesi kesen beklenmedik tehlike karşısında ölüm korkusu
- Dumandan zehirlenme korkusu
- Ayrılık korkusu

Örnek:

Savaş zamanı insanlar yerini belli etmemek için ağlamayı bile sessiz yapmak zorunda kalıyor. Bu anıyı taşıyan insanlarda gırtlak kanseri görülüyor.

Özofagus divertikülü-yemek borusu

- "Yutmak istemiyorum ama yutmuş gibi yapmak zorundayım."
- "İstemesem de bunu yutmak zorundayım."

Örnek:

Kadın TV programlarını kocası ile birlikte izlemek ister. Adam futbol maçı izlemeyi tercih etse de karısını kırmamak için onun seçimine saygı duyar. Ancak bir süre sonra yutma zorluğu çeker, her yemekte boğulur gibi hisseder. Çatışmayı çözüncü bu duygu kaybolur.

Özofagus spazmları-yemek borusu

- Çaresiz hissedilen bir durumda bir şeyi (çözümü) yakalamak istiyorum, başaramıyorum

Örnek:

Bütün gün okulda derslikte kalan öğrenci, ders bitiminde basketbol oynamak ister ancak büyük sınıflar sahayı çoktan kapmıştır. Çocukta yemek borusu spazmları başlar.

Mide

Midenin konusu aile üyeleri veya arkadaşlar arasında “yanlış anlaşılma”dır.

Mide-Pylori

- Kişinin ilişkide olduğu kişilerle yaşadığı çatışma
- Alanla ilgili hayal kırıklığı
- Kişinin kaçınmadığı kişi ile ilgili derin çatışma, bundan çekilen acı

Mide bulantısı

- “Bana yapılanın karşılığını vermek istiyorum.”
- “Bu adaletsizliği hazmedemiyorum.”

Mide kanseri

- “Bu iri lokmayı hazmedemiyorum.”
- Aile içinde yaşanan, kişinin pasif kaldığı çatışmalar
- Yakın zamanda yaşanmış aile içinde uyumsuzluk çatışması

Örnek:

Adam annesi öldükten sonra ondan kalan evin satılmasına karşıdır. Bütün kardeşler satılmasını ister ve yasalar çoğunluğun isteğine uyar. Adam yüksek teklif vermesine rağmen evi başkası alır ve bu çatışmayı sindiremez. Mide kanseri gelişir.

Mide ülseri

- “Bölgeme zorla girenler var.”
- “Katlanamadığım biri tarafından zorlanıyorum.”

Örnek:

Hamileliğinde kayınvalide zorbalığına uğrayan kadının bebeği doğunca mide ülseri geliştirir. Bu durum bebeğe anlatılınca düzelme olur.

Gastrit

- Sindirilmesi zor bir şeyin varlığı sonucu midenin daha fazla asit üretmesi
- Aile veya arkadaşlar arasında sindirilemez uyuşmazlık
- Öfke, kızgınlık ve kin ile ilgili çatışmalar
- Yanlış anlaşılma ile ilgili konular

Örnek:

Mahkemenin hatalı kararı ile para cezası alan adam bu durumu sindiremez. Karara itiraz edip bir üst mahkemeye gider ve haklılığını ispat eder ancak gastrit geliştirir.

Reflü

- “Benim annem hiçbir zaman doğru sözleri, güzel sözleri söylemedi. Bunları duymak için kapıyı (sembolik olarak mide ağzı) açık bırakıyorum.”

- P/A dönemi anne partnerini üzmemek için ağzını kapalı tutar, bu çatışma bebeğe geçer.

- Söylemek isteyip de söyleyemediğiniz, midenize oturan şey ne?

Örnek:

Kadın hamileyken kayınvalidesi tarafından hakarete uğruyor ancak bu durumu eşine söylemiyor. Evin huzurunu bozmamak için kayınvalidesine saygılı davranmaya devam edip, ondan anlayış bekliyor. Ancak hiçbir şekilde duymak istediği güzel sözleri duyamıyor ve bu çatışmayı bebeğine kodluyor. Bebek doğuştan reflü hastası ve bu çatışma bebeğe anlatılınca çok kısa bir süre içinde düzelme oluyor.

Duodenum-Onikiparmakbağırsağı

- İki erkek arasındaki çatışmayla ilgilidir.
- Yoksunluk ve adaletsizlik konuları
- Aile fertleri, iş arkadaşları ile parayla ilgili çatışma
- Yemekle, parayla, gelecekle ilgili kaygılar

Örnek:

Ortağı tarafından dolandırılan adamın mahkemede bu durumu ispat edememesi sonucu duodenum ülseri gelişir.

İncebağırsak

İncebağırsağın konuları sindirilemeyen anlaşmazlıklar, sindirilemeyen zorluklar, üzüntü, adaletsizlik, aile tarafından onay görememedir.

Crohn hastalığı

Crohn hastalığı en basit şekilde, “yemek borusu, mide, ince ve kalınbağırsaklardaki bir veya birkaç bölümü tutabilen, tutulan bölümde kalınlaşma ve ülserlere yol açan bir inflamatuvar bağırsak hastalığı olarak tanımlanıyor.

Çatışmaları:

- “Kendimi başkalarının yanında o kadar işe yaramaz, yetersiz, beceriksiz hissedirim, el pençe divan durmak zorunda kalırım, bu duruma isyan ederim.”
- Sindirilemez kirlilikte bir şeyle ilişkili güçsüzlük çatışması
- “Ailemdeki bu pisliği sindiremem.”
- “Bana yapılan şey karşısında güçsüz davrandım, kendimi savunamadım.”
- Kişiye yapılan rezil bir şey

Örnek:

Çocuğun babası evdeki parayı alarak metresiyle kaçar. Para bitince metresiyle eve gelir ve eski karısının ona hizmet etmesini ister. Babasının yaptığı bu aşağılık hareket sonrası çocuk Crohn hastası olur.

Ülseratif Kolit-İbs – Hassas Bağırsak Sendromu

Ülseratif kolit, bir inflamatuvar bağırsak hastalığı (İBH) çeşididir. Kolon olarak da bilinen kalınbağırsakları etkileyen, uzun süre devam eden iltihaplanma oluşmasına ve ülser (yara) yol açan bir bağırsak hastalığıdır.

Çatışmaları:

- Kendini baskı altında ve reddedilmiş hissetme
- Sindirilemeyen öfke çatışması
- Sindirilemeyen fikir ayrılığı, kavga. Bir saldırı veya otorite karşısında pasif kalmanın getirdiği boyun eğme çatışması.
- “Annemin sevgisini geri kazanmak istiyorum.”
- “Annem son ana kadar berbat davrandı, son ana kadar umut ettim düzelmesi için, şimdi artık öldü/gitti/yok.”
- Birine veda edememek

Örnek:

Evlenme döneminde annesi tarafından eşi benimsenmeyen adam annesi ile büyük bir çatışmaya giriyor. Bu durumun karşılığı olarak kolit geliştiriyor. Bu çatışma ile yüzleşince bağırsaklar düzeliyor.

Kolon Kanseri

- Aşağılık, rezil, iğrenç, pis bir davranışın yarattığı çatışma
- Sindirilemeyen anlaşmazlık
- İğrenç, çürümüş, pis bir şeyin çatışması (kokmuş bir ceset görmek vs.)
- Kolondan anüse indikçe, olayın pislik boyutu artar.

Örnek:

Adamın iş ortağı büyük bir parayı zimmetine geçiriyor. Bunu yapan adam toplumda çok güvenilir bir adam olduğu için kimse bu duruma inanmıyor. Bu ikiyüzlülük karşısında mağdur olan adam kolon kanseri geliştiriyor.

Çölyak hastalığı

Çölyak hastalığı buğday, arpa, çavdar gibi tahıllarda bulunan glüten isimli bir maddeye vücut bağışıklık sistemi tarafından verilen anormal yanıt sonucu ortaya çıkan bir hastalıktır. Genellikle 1 yaşından sonra glüten içeren besinlerin tüketilmeye başlanması ile birlikte ilk belirtiler ortaya çıkar.

Çatışmaları:

- Sütten ani kesilme çatışması
- Annenin hamilelikte birden sigarayı bırakması
- Soyağacında ekmekçilik, değirmencilik, tahıllar ile ilgili hikâyeler
- Sperm yutma

Örnek:

Aile mesleği ve kendi mesleği fırıncılık olan adamın eşi hamileyken, fırında işler kötüye gidiyor. Bu çatışmayı fırında derinlemesine hissediyor. Doğan çocuk bu çatışmanın koduyla Çölyak hastası oluyor.

Kabızlık

- “Kendime ait yerim yok, alanımı işaretleyemem, bana ait alanım yok.”

- Terk edilme. “Ayrıldığım kişiyi gönderemiyorum, bırakamıyorum.”

- Ölen birinin yasının devam etmesi

- Cinsellikle ilgili yaşanan değersizlik

- Düşük tehlikesi yaşayan annenin çocuğunda görülür.

- Affedilmeyen pis bir olay

Örnek:

En iyi arkadaşı bir anda ilişkiyi kesince kadın bu durumu anlamaz. Sorduğunda hiçbir cevap alamaz ve arkadaşını çok özler. Bir süre sonra kabızlık başlar. Bu çatışma ile yüzleşince kabızlık biter.

Diyare-İshal

- Sindirilemeyen anlaşmazlık çatışması

- Sindirilemeyen şeyin yarattığı korku rezonansı

- Çok pis ve tehlikeli bir şeyi hızla uzaklaştırmak istemek

- İşleri hızlandırma isteği

- Bazen doğum öncesi lavman yapılması, çocukta sınav öncesi ishale sebep olur.

Örnek:

Anne bebeğe mama hazırladıktan sonra bebeğin ilk lokma-
da yüzünü buruşturduğunu fark eder. Mamanın tadına baktı-
ğında sütün bozuk olduğunu anlar ve acilen bebeği kusturmaya
çalışır. Bu çatışmayı alan bebekte kronik ishal başlar.

Apandisit

- Kişinin içinden çıkamadığı bir açmazda yaşadığı pis, kaba olay
- Para kaybı çatışması
- Çok aşağılık bir olay karşısında sindirilemez öfke

Örnek:

Âşık olduğu adamın evli olduğunu öğrenen genç kız bu du-
rumu ailesine açıklayamıyor. Bir taraftan da düştüğü iğrenç du-
rumu sindiremiyor ve bir ay sonra apandisit ameliyatı oluyor.

Karaciğer Sorunları

- Aile ile ilgili çatışma
- Yoksun bırakılma, parasızlık, anne baba ilgisine ihtiyaç duyma
- Para ile ilgili çatışma, miras sorunları
- Bağırsakla ilgili bir hastalıktan ölme korkusu
- “Kaba bir şeyi, pis bir şeyi sindiremiyorum + korkuyorum.”

Örnek:

Çiftçi bir baba hastalanıyor, tarlalarının yarısını tek oğluna,
kalan yarısını da eşine ve kızlarına bırakmak istiyor. Bunun
üzerine oğlu tarlanın bütün borcunu ödüyor. Bu arada baba
aniden ölüyor ve vasiyetname hazırlayamıyor. Baba ölünce

kızları borcu ödenmiş tarladan hukuk yoluyla normal hissele-
rini alıyor oğlu zararlı çıkıyor. Bu durumun sonunda adamın
oğlunda karaciğer kanseri başlıyor. Çatışma çözülünce kanser-
de gerileme görülüyor.

Safrakesesi Taşı – Safra Taşı

- Birine duyulan kin, öfke
- Birinin bize duyduğu aşırı kin

Örnek:

Adam safra taşları yüzünden hastaneye kaldırılır. O dönem-
de babasıyla büyük bir kavga yaşamıştır. Bu çatışması ile yüzle-
şince safra taşlarını dışkı ile düşürür.

Pankreas Kanseri

- Babasının soyadını taşımayan çocuk var mı? (Bazen aile
veya soy klanında.)
- Mirasla ilgili çatışmalar
- Korkunç derecede rezil, sindirilemeyen olaylar

Örnek:

Patronu ile ilişki yaşayan kadın patronundan hamile kalır.
Patronu daha önce eşinden boşanacağını söylemiş olsa da bunu
yapmaz. Hamile kadın 27 yaşındadır, mecburen çocuğunu ev-
latlık verir ve çocuğu babasının soyadını taşımaz. Çocuk aynı
yaşa geldiğinde pankreas kanseri geliştirir.

Pankreas Kanalları

- Yokluk çatışması + adaletsizlik, öfke
- Paranın gitmemesi gereken bir yere gitmesi

Anal fistül, bağırsağın son kısmı ile anüs çevresindeki deri arasında gelişen küçük tünel şeklindeki anormal yapılardır.

- Ayrılık hikâyesi
- Boşanma hatırası
- Birliğin bozulması ile ilgili bir çatışma
- Hamilelikte anne bu çatışmaları yaşarsa, doğan çocukta anal fistül gelişir.

Hemoroit

- Hemoroit kimlik çatışması ile ilgilidir.
- “Kadın olarak yeterince değer görmüyorum.”
- “Annem için kimim ben, annem bir erkek mi bekliyordu ve ben kız olarak doğdum?”
- Hayır demeyi başaramama çatışması
- Kendine ait alanı belirleyememe, düzenleyememe çatışması
- Kimden ayrılmadınız, içinizden atamadınız?
- “Annem tarafından onaylanmıyorum.”

Örnek:

Sözleşmesi devam ettiği halde evden çıkarılması istenen kiracı, kışın ortasında ailesi için uygun bir ev arayışına girer, hemoroit gelişir. Bu durumun sebebi anlatıldığında 2 gün içinde iyileşir.

SOLUNUM SİSTEMİ

Burun

Doğada hayvanlar tehlikeyi burunlarıyla koklayarak alırlar. Bu anlamda burunla ilgili konular tehlike çatışması ile ilgilidir.

Rinit ve sinüzit koku ile ilgilidir: “Burası bana çok kötü kokuyor.”

Alerjik Rinit

- Kişinin uzaklaştırmayı istediği bir zorluk ya da problemin çatışması
- Bir başkasının kokusuna dayanamama
- Ayrılığın sonucu tehlikede hissetme

Örnek:

Adam emekli olduktan sonra evde zaman geçirmeye başlar, bu durum karısının hoşuna gitmez çünkü mutfaktaki işleri istediği gibi yapamaz, adamı mutfaktan uzaklaştırmak ister. Bu dönemde rinit geliştirir, bu çatışma ile yüzleşince düzelme olur.

Sinüzit

Sinüzit yüz kemiklerinin içerisindeki boşlukların iltihaplı doku ile dolmasından ortaya çıkan hastalıktır. Burun tıkanıklığı, sarı-yeşil renkte burun akıntısı, geniz akıntısı, baş ağrısı ve koku almada güçlük ile kendisini göstermektedir.

Çatışmaları:

- Koku ile bağlantılı korkular, kaygılar
- "Burası benim için kötü kokuyor." (Bazen sembolik.)
- "Alanımdaki davetsiz misafirden kurtulmak istiyorum."
- Alanda tehlikenin kokusunu almak

Örnek:

Bir kadın 10 yıldır sinüzit. Çalıştığı işyerine başladığı gün sinüziti de başlamış. Aynı bölümde çalışan kadının keskin parfüm kokusunun buna sebep olduğunu anlıyor, bu çatışma ile çalışınca sinüzit düzeliyor.

Farenjit

Farenjit, yutkunma güçlüğü, boğaz yanması, acı ve kaşıntıya neden olan bir rahatsızlıktır.

Çatışmaları:

- "Uzağa taşınan kız arkadaşıma ulaşamıyorum."
- "İstediğim notu, annemin memesini, kokusunu alamıyorum, güvende hissetmiyorum."
- Lokmayı yakalayamama, güvende hissetmek için gerekli şartları oluşturamama

Örnek:

Babasının vereceği parayla işyeri açmayı düşünen adam, son anda parayı alamayacağını öğrenir, farenks kanseri gelişir.

Bronşit

Bronşit, soluk borusunu akciğerler ile birleştiren bronşların iltihaplanması nedeniyle oluşan bir tür enfeksiyon hastalığıdır. Soluk borusundan her iki akciğere doğru ayrılan iki adet bronş bulunur.

Çatışmaları:

- Tamir fazında ortaya çıkar.
- Kişinin kendi toprağındaki tehdit
- Alanındaki korku çatışması
- Tartışmalar, eleştiriler, aile içi saldırılar
- Başkalarının gözünde küçük düşme çatışması
- Kaçamayacak ya da saldırıya geçemeyecek olma korkusu

Örnek:

Kalabalık bir odaya giren kadın odanın havasız olduğunu fark ettiği anda gözü hemen pencerelere takılıyor. Sembolik olarak odayı genişletme isteği ile bronşit geliştiriyor.

Zatürree-Pnömoni

Pnömoni halk arasındaki bilinen tabiriyle **zatürree**; kısaca akciğer dokusunun iltihaplanmasıdır.

Çatışmaları:

- Koruma altında hissetmeme
- Ölüm korkusunun tamir fazıdır.
- Alanında incitilme, korku, kızdırılma, zulmedilme çatışması

- “Annemin sevgisini hissedemiyorum” çatışması
- “Yeterince çektik” diyen kişinin çatışması

Örnek:

Çok sevdiği eşini bir türlü annesine kabul ettiremeyen adam her gün yeni bir olayla karşılaşır. Bir gün annesi eşini evinden kovar, bu duruma çok içerleyen adam zatürree geliştirir.

Tüberküloz

Verem hastalığı, yani tıbbi adıyla tüberküloz (TB) hava yoluyla bir bireyden diğerine yayılan, bulaşıcı bir akciğer hastalığıdır.

Çatışmaları:

- Çoğu zaman akciğer kanserinin iyileşme fazıdır.
- Ölmekten korkma çatışması
- “Kendimi bu dünyada hiçbir yere ait hissetmiyorum.”
- “Artık yeter, daha fazla dayanamıyorum.”

Örnek:

Savaşlardan sonra kurtulanlarda çok fazla tüberküloz vakası görülür. Sebebi ölüm korkusu ile başlayan kanser fazının, iyileşme fazına dönüşmesidir.

Akciğer Kanseri

- “Hiçbir çıkış yolum yok.”
- Ölüm korkusu

- Tek odaklı ise başkalarının öleceğinden korkmaya dair çatışma

- Birkaç tane küçük odaklı ise kişinin kendi ölüm korkusu

Örnek:

Bir adam iflasın eşiğine geliyor ve alacaklıları tarafından tehdit ediliyor. En son işyerine baskın yapan bir alacaklı ona silah doğrultuyor. Yaklaşık bir ay sonra adenokarsinom başlıyor.

Astım

Astım, solunum yollarını tıkayan ve nefes almayı zorlaştıran kronik bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- “Kendimi güvende hissetmek için diplomamın, unvanımın, babamın veya bir gücün arkasına saklanırım, kendi gücümme güvenemem.”

- “Bulunduğum yerden başka yerde olmak istiyorum”

- “Aynı anda iki yerde olmak istiyorum.”

- Aynı çevrede bulunan iki ayrı insanla kavga, tartışma

Örnek:

Hamilelik sırasında adam eşini aldatır ve sık sık sevgilisiyle buluşmaya gider. Ancak ne gittiği yerde ne de evde huzurlu olamaz, sembolik olarak hava alamaz. Çocuk doğduğunda astım hastası olarak doğar.

Bronşiyal Astım

Havanın akciğerlere girip çıkmasına izin veren pasajlar olan bronşiyal tüplerin iltihaplanması ve tıkanmasıdır.

Çatışmaları:

- Kişinin alanında korku hâkim ise ortaya çıkabilir.

Örnek:

Bir çocuk babasının annesini dövdüğüne şahit oluyor, annesine bir şey olacağı korkusuyla panik oluyor. Çocuk odasında bir gölge görüyor hayalet sanıyor, nefesi tutuluyor, bu hastalık başlıyor.

Bazen anne hamile iken yaşadığı büyük korku (hırsızla yüz yüze gelmek gibi) doğan çocukta bronşiyal astım geliştirir.

Kistik Fibroz – Mukoviskidoz

Kistik fibrozis (KF), doğumdan itibaren solunum sistemi, sindirim sistemi ve üreme sisteminde yer alan mukus ve ter bezlerini etkileyen kalıtsal bir hastalıktır. Kistik fibrozis özellikle, akciğerler, pankreas, karaciğer, bağırsaklar, sinüsler ve cinsel organların işlevini önemli derecede etkilemektedir.

Çatışmaları:

- Aile ağacında alkol + kepezelik ile ilgili çatışma
- Encest anıları, alkol ile ilgili dramlar, hamileyken yaşanan rezalet
- Bir annenin alkolik koca ile ilgili yaşadığı dramlar
- Atalardan gelen gazdan zehirlenme, gaz odası anısı

- Gazla intihar eden bir atanın anısı
- Yangında dumandan zehirlenme anısı
- Annenin gebelikte çocuğu kaybetme korkusu

Örnek:

Soy klanında sarhoş bir adam yengesini hamile bırakır. Torunu dünyaya geldiğinde kistik fibroz hastası olur. Bu çatışmanın atalardan geldiği bu olay anlatılınca akciğer kapasitesi %30 artar.

BOŞALTIM SİSTEMİ

Böbrek

Sıvılarla ilgili çatışmaları ilgilendirir. Babayla ve atalarla ilgisi çoktur.

Böbrek rahatsızlıkları mültecilerde çok görülür, alan çatışmaları ile ilgilidir. Bir balığın suyun dışına savrulması sonucu, vücudunda su tutarak hayatta kalması gibi, mültecilerin hayatta kalma çatışmaları böbrek rahatsızlıklarına sebep olabilir.

Böbrek Taşı

- Topluluktan ayrı düşme, hayatta kalma programı
- "Alanımı, toprağımı korumak için su tutuyorum."
- Otoriter bir annenin kişinin hayatına müdahalesi

Örnek:

Çok baskıcı anneden uzağa taşınan bir kadın, annesinin bittiği evi tutmasıyla böbrek taşı geliştiriyor.

Böbrek Parenkima – Böbrek Kanseri

- Kar, buz, boğulma, alkol, idrar, süt, yağ ile ilgili yaşanan sıvı çatışması
- Sel, su baskını ile ilgili çatışma
- Alanını kaybetme çatışması

Örnek:

Bir sütçü arabasını kaza ile devirir, bütün sütler yere dökülür. Patronu tarafından her gün azar ıstır, 3 ay sonra böbrek parenkimasında kanser gelişir.

Nefrit – Böbrek İltihabı

- Öfke, başarısızlık, hayal kırıklığı, yaşanan ani şoklar karşısında çaresiz kalınan çatışmalar
- Kendini ifade edememe ve “Hayır” diyememe çatışması
- Kişinin hayatındaki büyük bir sırrın varlığı, içine atmak zorunda olduğu gizli bir olay

Sistit

Sistit, mesanenin yani idrar torbasının iltihabıdır.

Çatışmaları:

- Alanını kendi istediği gibi organize edememe
- Yapılan bir şeyle ilgili pişmanlık. “Keşke böyle yapmasaydım.”
- Kendinizi onaylamadığınız hareketi bulun.

Örnek:

Genç kadın evli olduğunu bildiği halde adamla ilişkiye girer. Adam bir süre sonra eşine dönmeye karar verince kadında sistit gelişir. Bu çatışmanın farkına varınca sistit düzelir.

Nefrotik Sendrom – İdrarda Protein Kaçağı

Nefrotik sendrom, albümin adlı proteinin vücuttan idrara çok fazla miktarda geçmesi ile oluşan bir hastalıktır. Bir veya iki böbreğin hasar gördüğü anlamına gelir. Böbrekler çok sayıda küçük kan damarı içerir.

Çatışmaları:

- Yaşamın geçip gitmesi çatışması
- Mültecilerin, yok oluşun çatışması

Örnek:

İdrarda protein bulunan çocuğun baba tarafından üst soylarının mültecilik anısı anlatıldığında kan değerleri normale dönüyor.

ÜREME SİSTEMİ

Testosteron Eksikliği

Düşük testosteron nedir? Testosteron oranının olması gereken düzeyden daha az miktarda bulunması, testosteron düşüklüğü olarak adlandırılır.

Çatışmaları:

- Soy klanında şiddet uygulayan erkek
- Kadınlar için tehdit oluşturan erkek kim?
- Soyağacında kadınlara istismar anısı
- Kadınların aile içinde erkeklere beslediği kin

Örnek:

Eşine çok öfkeli bir kadının oğlunda görülür.

İktidarsızlık

- “Yeterince güçlü değilim, verecek bir şeyim yok.”
- Kişinin karısını kaybetmekten korkması
- Alanı kaybetme korkusu
- Kadının kocasına çocuğu gibi davranması

Örnek:

Yüklü bir ev kredisi alarak evlenen çift boşanıyor, adamın maaşı ancak krediye yetiyor, bu sırada kadın daha fazla nafaka istiyor. Adamda iktidarsızlık sorunu başlıyor, travması ile yüzleşince iyileşiyor.

Testis Ektopisi – İnmeyen Testis

Anne karnındaki erkek bebeğin yumurtalıkları (testisler) karnın içinde bir yandan gelişmeye devam ederken bir yandan da göç ederek kasık kanalından geçer ve doğumdan kısa bir süre önce torbaya (skrotum) yerleşirler. Testislerden birinin ya da daha nadir olarak ikisinin torbaya yerleşememesine inmemiş testis denir.

Çatışmaları:

- Otoriter bir babanın ezici üstünlüğüne karşı gelememe
- "Aynı ahırda iki boğa olamaz."
- Babanın aşırı otoritesi
- Tecavüz sonucu doğan çocuk

Örnek:

Kadın tecavüze uğrayarak hamile kalır, tecavüzcüsü ile evlenir. Doğan çocuklarında ektopik testis gelişir.

Hidrosel Testis

Halk arasında su fıtığı olarak da bilinen hidrosel, testisleri çevreleyen zarlar içinde normalden daha fazla sıvı birikimi sonucu testis torbasının (skrotum) şişmesi durumudur.

Çatışmaları:

- Kaybetmekten korkma çatışması
- Aile ağacında kayıp anısı
- Bir saldırıdan koruma çatışması

Örnek:

Anne hamileliği riske girince süreci doktor tavsiyesi ile yatarak geçirmiştir. Her gün çocuğunu kaybetme korkusu yaşar, doğan erkek çocuğunda hidrosel testis oluşur. Çatışma bebeğe anlatılınca iyileşir.

Testis Kanseri

Testis kanseri kökenini testisteki üreme hücrelerinden alan ve testiste görülen kanser türüdür. Testis kanseri en sık erişkin erkeklerde görülür. Toplumda görülme sıklığı 100.000 kişide 3'tür. Hastalık, nadiren de olsa ergenlik öncesi çocuklarda görülebilir.

Çatışmaları:

- Kayıp çatışması, çirkinliğe dair yarı cinsel çatışma
- Yakın birini kaybetme çatışması (%90) veya reddedilme çatışması
- Suçluluk içeren ayrılık çatışması
- Evlat kaybı

Örnek:

Evladını kaybettikten bir yıl sonra Dr. Hamer'de testis kanseri başlıyor. Yeni Alman tıbbını kurmaya bu çatışmasını çözerek başlıyor. Kendi çatışmasını çözerek düzelme sağlıyor.

Prostat Kanseri

Prostat kanseri, prostat dokusunu oluşturan bazı hücrelerin anormal seyir göstererek tümör yapıları oluşturmaları sonucu meydana gelir. Kanserler, prostatın sadece bir kısmından gelişebileceği gibi birden çok kısmında da gelişebilir.

Çatışmaları:

- Torunlarla ilgili çatışma (“Alt soyum risk altındaysa yenisinden üremem gerekir.”)
- Aile isminin hayatta kalması için “sahalara geri dönüş” programı
- Çocukları boşanan bir adamın bir daha torun sahibi olmayacağına dair çatışması
- Yanlış partnerle birlikte olmak. “Partnerim bana kötü davranıyor, onunlayken kendimi erkek gibi hissetmiyorum.”
- Ailede hangi kadının erkeklere garezi vardı?

Örnek:

Oğlu olmayan yaşlı adamın ikinci evliliği yapması sonrası prostat kanseri kodlanır.

Vajinal Hastalıklar

- Viral hastalıklar (virüse bağlı), daha fazla cinsellik isteğini ifade edememe
- Bakteriyel hastalıklar: Erkek davranışlarıyla bir şey yapmıştır, kadının cinsel arzularını yerine getirememiştir.

Çikolata Kisti – Endometriyozis

Endometriyozis, rahim içini döşeyen endometrium tabakasının rahmin dışındaki başka bir bölgede büyümesi sonucu gelişen ve sıklıkla ağrılı seyreden bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- "Çocuğum için uygun bir evim yok."
- "İyi bir anne değilim, çocuğuma iyi bakamam."
- Evlatlık verilme, düşük, kürtaj anıları

Örnek:

Uyuşturucu bağımlısı kadın hamile kalır ve düşük yapar, hayatında ilk defa anneliğini sorgular ve çikolata kisti geliştirir.

Polikistik Over

Yumurtalıklarda küçük ve iyi huylu çok sayıda kistin oluşumu şeklinde gelişen polikistik over, âdet düzensizliği ile birlikte kendini belli eden, buna ek olarak kilo artışı, vücut genelinde tüylenme, sivilce oluşumu gibi pek çok şikâyetin oluşumuna neden olan bir kadın hastalığıdır.

Çatışmaları:

- Kişinin kendisinin veya atalarının tekrarlayan düşük, kürtaj anıları
- Büyük göç anısı
- Savaş, kıtlık anısı
- "Cinselliğimle ilgili rahat değilim." (Aldatılma şüphesi, yasaklanmış cinsellik, estetik kaygılar.)

Örnek:

20 yaşında hamileyken eşinin tavırlarından şüphelenen kadın eşinin onu aldattığını düşünüyor. Adamın başka kadınlarla

olduğundan neredeyse emin. Ancak çocuk sağlıklı olsun diye bu durumu söylemiyor. Doğan kız çocuğu 20 yaşına gelince polikistik over teşhisi konuluyor. Bu çatışma ile yüzleşince düzelme oluyor.

Amenore – Âdet Görememe

Bu durum doğurganlık süresi boyunca tekrar eder ve menopoza ile birlikte rahmin hazırlığı da sona ererek menstrüasyon kesilir. Bu kanamaların hiç olmaması ya da kesilmesi durumuna amenore denir.

Çatışmaları:

- “Annemin yaşadığı aşk ilişkisinde ne kadar mutsuz olduğunu görerek evliliği reddederim.”
- “Sevilmeye duyduğum ihtiyaçla tüm gücümle mücadele ederim.”
- Evliliğin veya nişanlılığın reddi
- Cinsel tutku içeren bir ilişkinin sonlanmamış yası

Örnek:

Anne hamileyken eşi tarafından terk ediliyor ve bu evliliği yaptığı için pişman oluyor. Doğan çocuk genç kız olduğunda âdet göremiyor.

Vajinal Kuruluk

Vajinal kuruluk; vajinanın cinsel ilişki sırasında yeterince ıslanamaması, kayganlaşmasının normalden az olması halidir.

Sık olarak rastlanılan ve kişilerin hayatlarını olumsuz etkileyen bir problemdir.

Çatışmaları:

- Cinsel istek yüzünden suçlanma
- Kadının partnerini cezalandırma çatışması
- Cinsellikle ilgili yasaklar

Örnek:

Genç kız 13 yaşındayken uykuda orgazm olur, uyandığında yatağın başucunda babasını görür ve büyük bir utanç duyar. Bu utanç vücutta vajinal kuruluğu kodlar.

Rahim Kanaması – Metroraji

Metroraji, âdet düzeninizin dışında görülen ara kanamalara verilen addır. Normal âdet kanamaları ortalama 28 günde bir olan ve 5-7 gün arasında süren düzenli aralıklarla görülen kanamalardır.

Çatışmaları:

- “Gebe kalamamamın üzüntüsünden ağlıyorum.”
- “Erkekler güvenilir değil.”
- Gebe kalma korkusu

Örnek:

Erkek arkadaşıyla birlikte olan kız aile baskısından korktuğu için, her birliktelikte hamilelik korkusu yaşıyor. Evlendikten sonra da bu korkuyu yaşıyor ve rahim kanamaları başlıyor.

Meme İltihabı – Mastit

Mastit göğüs dokusunun enfeksiyon sonucu iltihaplanmasıyla ortaya çıkar. En çok da emziren anneleri, emzirmelerinin 6-12. haftalarında etkiler.

Çatışmaları:

- Annelikle ilgili hissedilen suçluluk duygusu
- Yuva içinde yaşanan duygusal şok

Miyom ve Fibroidler

Miyomlar, uterus (rahim) dokusundan kaynaklanan, çapları genellikle 1-2 cm'den 10-15 cm'ye kadar ulaşan iyi huylu tümörlerdir. Miyomlar bazen fibroid, leyomiyom veya fibromiyom adıyla tarif edilmektedir. Kadınlarda çok sık görülürler.

Çatışmaları:

- Soyağacında zor doğum yapmış veya bebeği ölmüş bir kadının varlığı
- Çocuk sahibi olmakla ilgili çatışma
- Hamile kalamadığı için değersizlik yaşama

Örnek:

İlk hamileliğinde kürtaj yaptıran kadın, çocuk sahibi olmak istediğinde bu sefer hamile kalamaz ve vücudu fibroid tümörü kodlar.

Vajina Mantarı – Mukozis

- Kişinin bir ilişkide deneyimlediği hayal kırıklığı
- Bir ilişkide istediğini bulamama
- Acı verici bir partner ayrılığının bitmemiş yası

Örnek:

Hiçbir açıklama yapılmadan eşi tarafından terk edilen kadın eşini çok özler. Yıllarca vajinal mantar sorunu ile boğuşur. Bu çatışmayı fark ettiği gün bu sorundan kurtulur.

Yumurtalık Kanseri

- Sevilen bir kişinin kaybı
- Perişan eden, tüketen bir dram

Örnek:

Kadın kendisini aldatan eşini evden kovar ve boşanma davası açar. Tam da bu dönemde babasını kaybeder, bu dram ile beden yumurtalık kanseri geliştirir.

Rahim Kanseri

- Kadının evlilikle ve annelikle ilgili yaşadığı çatışmalar
- Evliliğini istediği gibi yürütemeyen kadının hissettiği öfke, suçluluk, nefret duygusu
- “Büyüdüğüm evdeki başarısızlığımı kendi evliliğime de taşıyorum.”

Örnek:

Genç kadın çocukluğunda aile içi ebeveyn kavgalarından bıkmıştır ve kendine “Asla kavgalı bir ailem olmayacak” diye söz verir. Ancak evliliğinde aynı kavgaları yaşadığını ve çocukların bundan etkilendiğini gördükçe kahrolur ve bu çatışma onda rahim kanseri geliştirir.

Meme Kanseri

Süt salgıbezi kanseri:

Tamir fazında ortaya çıkar.

- Çocuğumu, kocamı, evliliğimi etkileyen dram. Bu daha çok annelikle ilgili bir çatışmanın tamir fazıdır.

- Kanserli bir memede üretilen süt normal süttten çok daha kalorilidir. Beynin evladı beslemek için bulduğu çözüm budur.

- Sağ elini kullanan bir anne için sağ meme annelik yapmadığı ancak değer verdiği kişiler ile ilgilidir (partner, kardeş, anne, baba, büyükanne, büyükbaba). Meme ile ilgili çatışmalarda cinsellik konusu yoktur, yuva çatışması vardır.

- Sağ elini kullanan bir anne için sol meme annelik edilen kişiyle yaşanan dramla ilgilidir (bebekler, çocuklar, ev hayvanları, daire, apartman, proje).

Örnek:

Çocuk 7 yaşına geldiğinde kan değerleri anemiyi çağrıştırıyor. Bu duruma çok üzülen anne evladı için telaşlanıyor. Yapılan ikinci testte değerlerin normal olduğu anlaşılıyor, kadın çok mutlu oluyor. Bir yıl sonra meme kanseri başlıyor.

2- Süt kanalları kanseri – İntra duktal meme kanseri

Tamir fazında ortaya çıkar.

- Yuvada ayrılık çatışması, iletişim eksikliği, kişinin sevgisini göstermesi ile ilgili çatışmalar
- Yiyeceklerin (sembolik) taşınması ile ilgili bir hikâye

Örnek:

Kadının 12 yaşındaki oğlu işlediği bir suç yüzünden ıslahevine konulur. Çocukla iletişim kuramaz (süt kanalları). Çocuk serbest kaldıktan sonra tamir fazı başlar ve intra duktal meme kanseri oluşur.

3- Meme derisinde kanser – Melanom

- Bu, kişinin yuva içinde onurunun, gururunun, bütünlüğünün zedelenmesi veya kirlenmesinin çatışmasıdır.

Örnek:

Kadın kocası tarafından aldatıldığını öğrendikten sonra, bir kalkan gibi melanom geliştirir.

4- Meme nörofibromatozusu – Von Recklinghausen Sendromu

- Temas çatışması
- Dayatılan, hoş olmayan, istenmeyen, acı verici temas
- Kadın ayrılmak istiyordur ama erkek razı olmuyordur, kadın artık temas istemiyordur.

Örnek:

Sürekli gittiği doktorun muayenesinden rahatsız olan kadının çatışması.

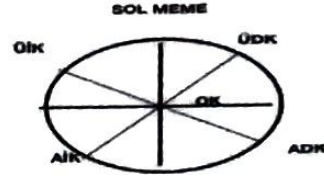
Meme kanserinin yerleşimi

2 SÜT KANALLARI KANSERİ (INTRA DUKTAL MEME KANSERİ)

- Yürede eşyık çatışması, iletişim eksikliği, kişinin sevgisini göstermeyi becerememesi
- Yıyeceklerin tadınması ile ilgili bir hikâye.

MEME KANSERİNİN YERLEŞİMİ

- Derin Yerleşim: Gizli, sır olarak saklanan, bilinmemesi gereken çatışmalar.
- Üst Dış Kadran: Çatışma başkası ile ilgili ise burada kitle oluşabilir.(Çoğu zaman çocuklar)
- Üst İç Kadran: Yakınları tarafından değersiz hissettirilme ile ilgili.
- Alt Dış Kadran: Kişinin dışarıdan tehlike ile ilgili değersizlik hissi.
- Alt İç Kadran: Kişinin kendisi ile ilgili çatışmalar.
- Orta Kadran: Sanki hançer yemişçesine derinden hissedilen şok.



- Derin Yerleşim: Gizli, sır olarak saklanan, bilinmemesi gereken çatışmalar
- Üst Dış Kadran: Çatışma başkası ile ilgili ise burada kitle oluşabilir (çoğu zaman çocuklar).
- Üst İç Kadran: Yakınları tarafından değersiz hissettirilme ile ilgili
- Alt Dış Kadran: Kişinin dışarıdan tehlike ile ilgili değersizlik hissi
- Alt İç Kadran: Kişinin kendisi ile ilgili çatışmalar
- Orta Kadran: Sanki hançer yemişçesine derinden hissedilen şok
- Üst Kadran: "Çatışmamı düşünüyorum, tekrar tekrar tetikleniyorum."
- Orta Kadran: Sanki hançer gibi saplanan derinden hissedilen şok

- Alt Kadran: "Çatışmamda kendimi değersizleştiriyorum."
- Dış Kadran: "Saldırıya uğramış hissediyorum." Tehlike dışarıdan gelmiştir, ailemin, evimin, işimin, klanımın dışından.
- İç Kadran: "Başka birisiyle ilgili olarak kendi içimde yaşadığım dram." Tehlike içeriden gelmektedir; yuvamın, klanımın, işimin, departmanımın içerisinde.
- Derin Yerleşim: Gizli, sır olarak, gizlemek zorunda olduğum çatışmalar.

DOLAŞIM SİSTEMİ

Dolaşım kalpte başlar. Kalp çift çeperli zarın içinde bir organdır. Dış çeper kalbi koruyan epitel tabakadır. İç çeper damarlara kadar uzanan endotel tabakasıdır.

Kalp Zarı İltihabı – Perikardit

Perikardit, kalp zarı iltihaplanmasıdır. Perikardit genellikle akutur, yani aniden gelişir ve birkaç ay boyunca devam edebilir. Eğer görebilseydiniz ve dokunabilseydiniz, kalbi çevreleyen bu zarın tıpkı cildinizdeki iltihaplanmış bir kesik gibi kızardığını ve şiştiğini görebilirdiniz.

Çatışmaları:

- Kişinin kendi kalbi veya yakınlarının kalbindeki bir sorun ile ilgili hissettiği endişe
- Bir saldırı korkusu, kalbin sevginin konusuyla ilgili bir kayıp

Örnek:

Hamileyken kadının babası üçüncü kez kalp krizi geçirir ve ölümden döner. Doğan çocuğunda kalp zarı iltihabı görülür. Bu durum çocuğa anlatılınca düzelme olur.

Kalp – Çarpıntı

- “Sevgim parçalandı, baltalandı, parçalara ayrıldı.”
- “Aşkımı yaşayamıyorum, ne yapsam kâr etmiyor.”

Örnek:

Eşinden boşanan adam boşandıktan sonra eşini hâlâ sevdiğini anlar. Bu süreçte çarpıntı başlar, bu çatışma ile yüzleşince çarpıntı biter.

Kalpte Üfürüm

Üfürüm; kalpteki delikler, kalp kapaklarındaki ve ana damarlardaki darlıklar ile yetersizliklerin yol açtığı, kanın normal akımındaki bozulmaya bağlı oluşan ses titreşimlerinin göğüs duvarına yansımalarıdır.

Çatışmaları:

- Sevgisini yeterince gösteremediğini düşünen bireyin çatışması
- P/A dönemi yeterince ilgi göstermeyen, buna enerji ve zaman bulamayan ebeveynin hissettiği suçluluk hissi

Örnek:

Kadın hamilelikte, eşinin stresli işinden dolayı eşine destek olmaya çalışıyor. Bu konuda yeterli olmadığını düşünen

anneninin çocuğunda 13 yaşında kalp üfürümü başlıyor. Bu konu çocuğa anlatıldıktan sonra üfürüm duruyor.

Kalp Aritmi – Ritim Bozukluğu

Aritmiler veya ritim bozuklukları kalp atımlarının düzensiz hale gelmesidir. Ritim bozukluğu sırasında kalp çok hızlı atabilir (taşikardi), çok yavaş atabilir (bradikardi) veya düzensiz atabilir.

Çatışmaları:

- Bir otoriteden alınan emirler ile ilgili baskı, emirleri isteksizce yapma çatışması
- Zamanın yönetimi ile ilgili yaşanan baskı
- “İtaat etmek zorunda olduğum emirler.”

Örnek:

Çektiği kredi ile borsa oynayan adam kredi ödemesi gelmeden parayı toparlamaya çalışır, zaman daraldıkça kalpte aritmi başlar. Bu durumun sebeplerini anlayıp yüzleşme yapınca aritmi düzelir.

Aort Yetmezliği

Aort yetmezliği (AY), normalde tamamen açılarak kanın ileri doğru gitmesine izin veren ve kapanarak kanın geriye kaçışını önleyen kapakçıkların, çeşitli nedenlerle tam kapanamaması ve ileri doğru fırlattığı kanın bir kısmının sol ventriküle tekrar geri gelmesi ve böylece sol ventrikülün işinin (yükünün) artmasıdır.

Çatışmaları:

- "Babamla yakınlaşmaya çalışıyorum o beni reddediyor."
- "Babama dönmek istiyorum, bu konuda umudum kalmadı."

Örnek:

Evlilik dışı bir ilişkiden hamile kalan kadının partneri çocuğu reddediyor. Çocukta aort yetmezliği oluşuyor.

Kalp Yetmezliği

- "Yaşam çok zor, devam etmek için hiçbir isteğim kalmadı."

Örnek:

7 tane çocuğu olan kadının kocası vefat ettiğinde sekizinci çocuğuna hamiledir. Bu kadar çocukla bir başına kalmanın verdiği çatışma ile doğan çocukta kalp yetmezliği görülür. Bu çatışma çocuğa anlatılınca kalp normal düzenine geri döner.

Aort Darlığı

Aort darlığı (AD), normalde tamamen açılarak kanın ileri doğru gitmesine izin veren aort kapağının, çeşitli nedenlerle daralarak kanın ileri doğru geçişine engel oluşturmasıdır.

Çatışmaları:

- "Babam beni durdurmak istiyor ama ben özgür olmak istiyorum."

Örnek:

Babasının onaylamadığı bir evlilik yapan genç kız babası tarafından reddediliyor. Bu durumu engelleyemeyen genç kızda aort darlığı oluşuyor.

Taşikardi

Taşikardi ya da kalp çarpıntısı kişi istirahat halindeyken kalbin, normalden daha hızlı attığı yaygın bir kalp ritmi bozukluğu türüdür. Kalp atış hızının egzersiz, stres, travma veya hastalığa karşı fizyolojik bir cevap olarak artması ise normaldir.

Çatışmaları:

- "Başkalarını memnun etmek için daha fazlasını yapmalıyım."
- "Kaybettiğim zamanı, parayı kazanmak için hızlı olmalıyım."
- "Güvende olduğumu bilmeye ihtiyacım var."

Örnek:

Gündüz memurluk yapan adam gece vardiyası olarak ek bir işe başlar. Maddi olarak biraz nefes alsa da kalpte taşikardi başlar. Bu çatışma ile yüzleşince normale döner.

Mitral Kapak Prolapsusu

Mitral kapağın bir ya da iki kapakçığının da kalbin kasılması sırasında sol kulakçığa doğru bombeleşmesi, kubbeleşmesi ya da çökmesine mitral kapak prolapsusu denir.

Çatışmaları:

- Anne baba arası iletişim yetersizliği
- Anne tarafından kovulan çocuk, anneye çocuk arasındaki iletişimin yetersizliği
- Koca evden atılır, yalvarsa da kadın tarafından affedilmez.
- Sevilen partnerden ayrılmak zorunda kalma

Örnek:

Hâlâ sevdiği karısından boşanmak zorunda kalan adamın çatışması

Ateroskleroz – Damar Sertleşmesi

Ateroskleroz, atardamarları (arterleri) etkileyen bir hastalıktır. Yaygın olarak “damar sertleşmesi” olarak adlandırılan arteriosklerozun bir türüdür. Orta boy ve büyük arterlerde görülen “aterom.” veya “plak” olarak adlandırılan yapısal bozukluklardan (lezyonlardan) oluşur.

Çatışmaları:

- Bulunan bölge ile ilgili öz değersizlik
- “Eski tutucu fikirlerimle yaşarım, sevgi ve iletişimi reddederim.”
- Evden uzaklaşmak isteyip uzaklaşamama

Örnek:

Yaşlandıktan sonra çocukları tarafından tek başına evden çıkması yasaklanan adamın çatışması.

Varis

Varis, derinin hemen altında görebileceğiniz şişmiş, bükülmüş damarlardır. Varis toplar damarları belirtileri içerisinde en belirgin olanı ise koyu mor ve mavi renkli damarların oluşmasıdır. Varisli damarlar birçok insanda gözüken durumdur. Genellikle az sayıda belirtilere neden olurlar.

Çatışmaları:

- “Bir mahkûmun prangası gibi, ayaklarımda sürekli beni durdurmaya çalışan sorumluluklar ve finansal korkularla yaşıyorum.”
- “Eve dönmek istemiyorum, evdeki tehlikeden kaçıyorum.”
- Evini satmak zorunda kalıp, alanını kaybetme
- “Bu hayatta sürekli koşturmak zorundayım.”
- Zorunlu yatak istirahati

Örnek:

Genç kızın babası iflas ediyor, çok sevdiği evlerinden ayrılmak zorunda kalıyorlar. Evlendikten sonra aynı döngüde bir kez daha evlerini boşaltmak zorunda kalınca varis gelişiyor. Bu çatışma ile yüzleşince düzelme görülüyor.

Yüksek Kolesterol

- Yaşam sevincini kaybetme ile ilgili çatışma
- “Sadece kendime güvenebilirim.”
- Kendi yağında kavrulmak zorunda kalan desteksiz kişiler
- “Çalışmak zorundayım, hayatta kimseden destek alamam.”

Örnek:

Küçük yaşta evden ayrılıp çalışmak zorunda kalan çocuk 20 yaşına geldiğinde kanda kolesterol seviyesi yükseliyor. Bu çatışma çözümlendiğinde normal seviyeye düşüyor.

ITP – Trombositopenik Purpura

ITP, immün trombositopenik purpura hastalığının kısaltmasıdır. İmmün bir hastalıktır. İmmün hastalıklar bağışıklık sisteminde oluşan bozukluklar nedeniyle vücudun kendi yapılarına saldırdığı hastalıklardır. Trombositopeni, yani trombosit (kan pulcukları) sayısının düşüklüğü ile seyreder.

Çatışmaları:

- “İyi bir aileye, klana sahip değilim.”
- “Aileme bağlı değilim.”
- “Evladım yok, soydaşım yok.”

Örnek:

3 kızı olan bir kadının 2 kızı boşanıyor ve üçüncü kızının eşi ölünce ITP geliştiriyor. Çatışma ile çalışılınca kısmi düzelme oluyor.

Trombositoz

Trombositoz, kandaki trombosit sayısının yüksek olmasıdır. Trombositler plazmada bulunan pıhtılaşma hücreleri olup, kanama sırasında pıhtı oluşturmak üzere birbirine yapışarak kanamayı durdururlar. Trombosit yüksekliği inme, kalp krizine neden olabilir veya herhangi bir organa giden damarda pıhtı oluşturabilir.

Çatışmaları:

- "Aile klanım dağılıyor, onları toparlamak istiyorum."
- "Aile bağlarından mahrum kaldım."
- "Aileme yakınlaşmak istiyorum."

Örnek:

Otoriter bir eşi olan kadın çocukları sayesinde evde eşinin baskısından kurtuluyor. Çocukları teker teker evlenip gidiyor, son çocuğu da evlendikten sonra trombositoz geliştiriyor.

Hemangiom – Kan Tümörü

Hemangioma, kan damarlarının iyi huylu tümörüdür. Olguların çoğu baş-boyun bölgesinde, 1/3'ü karaciğerdedir.

Çatışmaları:

- "Hangi yöne gideceğimi bilemem, yolumu şaşırdım, güvensiz hissedirim."
- Başka bir aileye ait olma isteği
- Görülen bölge ile ilgili yaşanan değersizlik
- Bir bebeğin, birinin P/A döneminde kaybedilmesi

Örnek:

Anne hamileyken eşi tarafından şiddet görür ve yüzüne tokat yer. Doğan çocuk yanağında aynı bölgede hemanjiom ile doğar.

Hemofili – Kanama

Hemofili, kanın gerektiği gibi pıhtılaşmaması sonucu kanamanın durmaması ya da geç durması ile kendini belli eden kalıtsal bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Babası gözünün önünde dövülen çocuğun çatışması
- Bir kanamadan ölme veya ölme korkusu (soy klanı)
- “Ailemle birleşemiyorum, ailemi bir araya getiremiyorum.”
- “Ailem kendim olmama izin vermiyor.”

Örnek:

İçsavaştta bir sürü kanlı ölüme şahit olan aile başka bir ülkeye kaçıyor, doğan çocukları hemofili hastası oluyor.

Hipertansiyon – Yüksek Tansiyon

Hipertansiyon, kan basıncının normalden yüksek olduğu durumlara denilir. Kan basıncı, pratiklik açısından, en sık manşon tansiyon aletleri ile ölçülür ve büyük/küçük kan basıncı olarak ifade edilir. Bu değerlerin sürekli şekilde, 140/90 mm Hg üzerinde olması durumunda hipertansiyon hastalığı söz konusu olabilir.

Çatışmaları:

- “Başarılı olmak için baskıyı artırmalıyım.”
- Boğulma tehlikesi anısı

- “Vazgeçmek zorunda olduğum ama vazgeçemediğim uzaktaki bir bölge ile ilgili çatışma.”

- Para kaybı, likidite sorunları

Örnek:

Pandemi döneminde işleri duran bir müzisyen kredi kartlarını ödeyemez, eşi çocuklarının ihtiyaçlarını karşılayamaz. Eşinde hipertansiyon başlar. Çatışma çözülünce kan basıncı normale döner.

Hipotansiyon – Düşük Tansiyon

Tıbbi olarak hipotansiyon olarak bilinen düşük tansiyon, kan basıncı değerlerinin üst sayı (sistolik) için 90 milimetre civanın (mm Hg) veya alt sayı (diastolik) için 60 mm Hg'nin, yani 9/6 değerinin altında olduğu zaman ortaya çıkan durumdur.

Çatışmaları:

- “Uzaktaki bir alanın kaybına bağlı olarak güçsüzleşmiş hissediyorum, vazgeçiyorum.”

- “Mücadele edecek gücüm kalmadı, yapamayacağım.”

Örnek:

Karısından ayrılmak isteyen adam evi terk eder. Karısı bir süre adamı ikna etmeye çalışır, ancak adam şehir değiştirdiğinde kadın çaresiz hisseder ve hipotansiyon başlar. Çatışma ile yüzleşince kan basıncı normale döner.

Lenfoma – Lenf Kanseri

Lenf kanseri (lenfoma) vücudun savunma hücreleri olan lenfositlerin kanserleşerek kontrolsüz büyümesidir. Lenf kanserinin en sık görüldüğü yerler lenf bezleridir. Lenf bezleri vücudun en önemli savunma mekanizmalarından biridir.

Çatışmaları:

- Değersiz hissetme çatışmasının tamir fazıdır.
- Lokmayı yakalayamadığımız ve bununla ilgili kaygılandığımız olaylar
- Yakalanan fırsatı elde tutamama kaygısı
- Büyük bir korku çatışması ve etkilenen beden bölgesinin sembolik anlamı
- Aşk ve cinsellikle ilgili büyük korku, suçluluk, umutsuzluk
- Kendini bir gruba ait hissetme ihtiyacı

Örnek:

Kararları yüzünden sürekli eleştiri alan hâkim, emekli olduktan sonra boynunda lenfoma geliştirir (tamir fazı).

Hodgkin Lenfoma

Hodgkin lenfoma, bağışıklık sistemindeki hücrelerde başlayan bir kanserdir. Bağışıklık sistemi enfeksiyonlara ve diğer hastalıklara karşı savaştaktadır.

Büyük bir değersizliğin tamir fazında ortaya çıkar.

Çatışmaları:

- “Bütün ekibi omuzlarımda taşımayı başaramıyorum.”
- “Asla başaramayacağım, yüküm çok ağır.”
- Ailemi korumayı başaramadım.

Örnek:

Siyasi olarak fikirleri yüzünden kendisini ve ailesini tehlikeye sokan adamın eşi polis tarafından tutuklanır. Hukuk mücadelesine giren adam bir süre sonra eşini hapisten çıkarır ve ertesi ay hodgkin lenfoma gelişir. Çatışma çözülünce hastalık geriler.

FMF – Akdeniz Ateşi

(FMF), ailevi Akdeniz ateşi, ataklar halinde karın ağrısı, ateş şikâyetleri ile kendini belli eden ve akut apandisit ile karıştırılabilen otozomal resesif (çekinik) geçişli kalıtsal bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Üst soyda savaştan kurtulan ataların, ailesini koruyamamakla ilgili suçluluk anıları

Kalpte Delik

Kalbin sağ ve sol odacıklarını ayıran septumda delik oluşmasıdır. Kalpte delik kanın delikten geçerek kanın akciğerden tekrar tekrar geçmesine, bunun sonucunda dolaşım dengesinin bozulmasına ve kalbin gereksiz olarak daha fazla çalışıp yorulmasına neden olmaktadır.

Çatışmaları:

- İki atrium arasında perforasyon ailede iki kadın arasındaki çatışma ile ilgilidir.
- İki ventrikül arasındaki perforasyon, ailede iki erkek arasındaki çatışma ile ilgilidir.

Örnek:

Bebek doğduğunda kulakçıklar arası delik ile doğar. Anenin hamilelik döneminde kayınvalidesi ile ilgili çatışmanın buna sebep olduğu anlaşılır. Bu durum bebeğe anlatıldıktan 3 ay sonra delik kapanır.

Kalp Krizi – MI

MI halk arasında kalp krizi olarak bilinmektedir. Bu hastalık kalp kası tarafından o bölgeye kan akışının yetersiz sağlanmasından dolayı kalıcı hasar meydana gelmesi demektir.

Alanı elinde tutma çatışmasının tamir fazıdır.

Çatışmaları:

- Sağ elini kullanan biri için, sol MI eşle ilgili bunalmışlık
- Sağ MI anne/çocuk ile ilişkideki bunalmışlık
- Kalp damarları tıkanmış için geçirilen kalp krizinde, öncesinde yaşanan büyük koşturma, çatışma sürecinde damarlar genişler. Emeklilik veya stresin bitmesi ile tamir fazında kolesterol dolarak damar tıkanır.

Örnek:

Fabrikasını kaybeden büyük patronun fabrikasını rakip şirket aldıktan 1 ay sonra kalp krizi geçirir. Bu durumda acil yapılacak en önemli şey sağ şakağa buz uygulamaktır.

SİNİR SİSTEMİ

Beyin Tümörü

Beyin hücrelerinin yenilenmesi sırasında kopyalamada meydana gelen anormal hücrelerin büyümesi ve bir kitle haline gelmesi beyin tümörü olarak adlandırılmaktadır.

Çatışmaları:

- Entelektüel olarak kapasitenin üzerinde çalışma mecburiyeti
- Babanın beklentilerine cevap vermedeki yetersizlik çatışması
- Acil çözüm bulma gerekliliği
- “Blast” içeren bir tümör ise desteksiz kalma ile ilgili çatışmalara bakılır.
- “Mucize bir çözüm bulmak zorundayım.”

Örnek:

Hamilelik döneminde işleri ters giden kocanın toparlanmak için çalıştıkça daha çok zarara uğrayıp borç batağına girmesi doğan çocuğunda beyin tümörü geliştirmiştir.

Menenjit

Beyin ve omuriliği çevreleyen zarların iltihaplanması olarak tanımlanan menenjit, acil tıbbi müdahale gerektiren bir hastalıktır.

Ateş, baş ağrısı ve kusma menenjitin temel belirtileridir; ancak bu belirtiler kimi başka hastalıklarda da saptanabilmektedir.

Çatışmaları:

- Bir konu üzerine aşırı kafa yorma sonucu gelişebilir.
- “Başım, beynim için korkuyorum.”
- “Kumanda merkezime, merkezi sinir sistemime saldırı.”
- “Başımda korumam gereken bir bölge var.”

Örnek:

Eşi hamile olan adamın kafasına biri silah dayamıştır, adam bu durumdan kurtulur ancak doğan çocukta menenjit gelişir.

Epilepsi – Sara

Sara (epilepsi), kronik bir hastalıktır. Doğum sırasında ya da daha sonra herhangi bir nedenle beyin hasarı yaşayan kişilerde gelişir. En bilinen şekliyle epilepsi nöbetleri ile kendini belli eder. Epilepsi nöbetleri, ani şekilde ortaya çıkar ve beynin tümüne ya da belirli bir bölümüne yayılır.

Çatışmaları:

- Korku + hareket edememe çatışması
- Ölümcül korku + ayrılık çatışması
- Hamilelikte düşük tehlikesi, çocuğun “Ben hayattayım” mesajı
- Ayrılık çatışması
- Çocuğun doğum kanalında çok uzun kalması

Örnek:

Hamileliğin 3. ayında bebeğinin hareket etmediğini hissedenden anne panik olur, bebeğinin öldüğünü düşünür. Doktora gittiğinde böyle bir sorun olmadığını öğrenir. Bebek 3 yaşına geldiğinde epilepsi krizleri başlar.

Parkinson

Parkinson hastalığı beyindeki dopamin üreten hücrelerin kaybıyla oluşan beden hareketlerinin yavaşlamasına yol açan bir hastalıktır. Bir beyin hastalığı olan Parkinson hastalığı dopamin sentezleyen hücrelerin hasara uğramasıyla oluşur. Parkinson hastalığının yol açtığı hareket bozukluğu ilerleyici ve kroniktir.

Çatışmaları:

- Kişinin niyetlerini ve eylemlerini gerçekleştirememeye çatışması
- "Yapmak istediğim şey yasaklandığı için yapamadım."
(Mastürbasyon, tecavüz, hırsızlık.)
- "Bir şeyi yapmam engellendi, henüz hareketimi tamamlamamıştım, o yüzden tekrarlayıp duruyorum."
- Büyük bir kayıp sonrası bitirilmemiş yas
- Kabul edilemeyen ayrılık çatışması

Örnek:

Adam kadını terk ediyor, bir süre sonra da boşanıyorlar. Adamın bir metresi olmasına rağmen sık sık bir arada yemek yiyorlar (çocuklar için). Kadın adamı her gördüğünde büyük bir arzu hissediyor ama bu arzuyu duymak istemiyor, tereddüt yaşıyor. Parkinson geliştiriyor.

Siyatik

Siyatik sinirinin ağrılı hastalığıdır. Ağrı oldukça şiddetli olup, kalçanın arkasından başlayarak, dizinin arkasına kadar uzanmaktadır. İlk olarak, kalçaya doğru vuran bel ağrılarla başlar ve sinir boyunca yayılır.

Çatışmaları:

- Finansal kaygılar
- Sağ bacak: “Kendimle ilgili finansal kaygılar.”
- Sol bacak: “Sevdiğim insanlara maddi destekte bulunamamak.”
- “Gitmek istediğim yere gidemiyorum.”
- “Gitmek istemediğim yere zorla götürülüyorum.”
- Çoğu zaman cinsellikle ilgili çatışmalar. “O istiyor ben istemiyorum, ben istiyorum o istemiyor.”
- “Kimliğime meydan okunmuş hissediyorum.”

Örnek:

Kadının sevdiği adamdan evlilik dışı çocuğu vardır. Evlenmediği için ailesi tarafından sürekli eleştirilmektedir. Adam evlenmek istemediği için kadında siyatik gelişir. Kadın bu çatışmayı çözünce düzelme olur.

ALS – Motor Nöron Hastalığı

Amyotrofik Lateral Skleroz (ALS), beyin ve omurilikte istemli kas hareketlerinin kontrolünü sağlayan sinir hücrelerinin hasarlanması nedeniyle oluşan ilerleyici bir hastalıktır. Hastalığın %90-95’i rastlantısal, %3-10’u ailesel olarak ortaya çıkar. Başlangıç genellikle 50-60 yaşlarında olur.

Çatışmaları:

- Partner tarafından fiziksel veya psikolojik saldırıya uğrama
- Aşağılanma, dikey düşüş
- Çok yoğun ve mükemmeliyetçi bir hayattan çıkma, emekli olduğunda ortaya çıkar (tamir fazı).

Örnek:

Yıllarca çocukları için şiddet gördüğü eşini idare eden kadın çocukları büyüdükten sonra eşinden boşanıyor, bir yıl sonra ALS tanısı konuyor.

Alzheimer – Demans

Beyin hücrelerinin zamanla ölümüne bağlı olarak hafıza kaybı, bunama (demans) ve genel anlamda bilişsel fonksiyonların azalması şeklinde gelişen tıbbi durum Alzheimer hastalığı olarak adlandırılır. Nörolojik bir hastalık olan Alzheimer aynı zamanda en yaygın görülen demans türüdür.

Çatışmaları:

- Çok sevilen birinin kaybından sonra, sembolik olarak ölümlerle iletişime geçme isteği. Kayıptan sonraki anıları silerek acı çekmeyi engelleme.

Örnek:

60 yaşındaki kadın abisini kaybettikten sonra, abisiyle yaşadığı yıllara odaklanıyor ve o yıllardaki hatıralarla yaşıyor. Yeni olan hiçbir anıyı hatırlamıyor.

Felç – İnme

Beyninizin bir kısmına giden kan akışı azaldığında veya kesintiye uğradığında, beyin dokusunun oksijen ve besin almasını önleyen bir inme (felç) meydana gelir ve beyin hücreleri dakikalar içerisinde ölmeye başlar. İnmenin olduğu bölgedeki fonksiyonlarda geçici ya da kalıcı kayıplar oluşur.

Çatışmaları:

- “Fikirlerim yeterince güçlü değil, fikirlerimi savunamıyorum.”
- “Klanımdan entelektüel olarak ayrı düştük.”
- “Geleceği öngöremedim.”

Örnek:

Bir doktor insanlara yardım etmek için bilinçaltı tedavileri ile ilgili icatlar yapmıştır. Medya tarafından sürekli haksızca eleştirilmek yüzünden felç geçirmiştir.

Migren

Migren entelektüel seviyedeki bir değersizleşme çatışmasının tamir fazıdır.

- Kusursuz olmaya çalışmakla ilgili çatışma
- “Yapamayacağım sanıyordum, yaptım.”
- “Ben onlar kadar iyi değilim, onlar kadar becerikli değilim.”
- “Babamın babam olmasından utanıyorum, beni rezil ediyor.”
- Tehlike tarafından fark edilme, görülme korkusu

Örnek:

Babası ile büyük sorunlar yaşayan genç kız evlenip baba evinden ayrılınca migren atakları başlar. Bu çatışma ile yüzleşince ağrılar geçer.

Vertigo

Vertigo, sizin veya gördüklerinizin döndüğünü hissetmenize yol açan bir histir. Sıklıkla bulantı, kusma ve denge kaybı bu duruma eşlik edebilir.

Çatışmaları:

- Kişinin görmeyi ya da duymayı reddettiği bir olaydan ya da kişiden kaçma isteği
- “Benim olanları, güvenliğimi, babamı, referans noktamı kaybettim.”
- “Burada sabit durmalıyım, hayatımın bu noktasında referans noktamı kaybettim.”
- Hayatın bir dram sonrası altüst olması

Örnek:

Babasını küçük yaşta kaybeden kız çocuğu 25 yaşına geldiğinde bir gün annesini yatakta cansız bulur. Ertesi ay vertigo başlar, yas sonlandırma ve çatışmayla yüzleşme sonucu baş dönmeleri geçer.

Anosmi Koku Kaybı

Koku almama (anosmi), koku duyusunun kaybolması durumu. Kendiliğinden oluşabileceği gibi bazı sorunlarla bağlantılı

gelişebiliyor ve her zaman geçici olmayabiliyor. Kalıcı olması durumunda ise daha büyük bir soruna dönüşüyor çünkü koku alamama genellikle tat alma duyusunu da ortadan kaldırıyor.

Çatışmaları:

- Kişinin katlanamadığı bir kokuya maruz kalması
- Güvensiz bir ortamda her an tetikte olup, saldırıya uğrama korkusu
- Çok sevilen birinin kokusundan ayrı kalmakla ilgili çatışma

Örnek:

Okulda beraber aynı sırada oturduğu arkadaşının kötü beden kokusuna maruz kalan çocuk bu durumdan kurtulamaz ve arkadaşını rencide etmemek için söyleyemez. Bir süre sonra koku alma duyusunu kaybeder.

Tikler

Tık; kişilerin kontrol edemediği, düzensiz bir şekilde tekrar eden, kompleks ya da daha basit hareket veya seslerdir.

Çatışmaları:

- “Tiklerimle başka türlü söyleyemediğim şeyleri söylerim.”
- Yasak aşk ile ilgili olabilir.
- Yapmak isteyip, yapması yasak hareketle ilgili çatışma
- Gözler: “Birisi tarafından görmem engellendi”, “Gördüklerimden dehşete kapıldım, incindim.”

- Yüz: "Birine bakacak yüzüm yok", "Onun önünde küçük düştüm", yüze atılan tokadın acısı

- Burun delikleri: "Koklamaktan uzak durduğum bir şey var", "Özlediğim hissedemediğim koku nedir?"

Örnek:

Bir kafede garsonluk yapan garson müşterinin hakaretine maruz kalıyor. İşini kaybetmemek için cevap veremiyor ancak yüzünde tikler oluşuyor. Bu çatışma ile yüzleşince tik kayboluyor.

Tourette Sendromu

Tourette sendromu, çocukluk döneminde başlayan, istem dışı gerçekleşen, devamlı tekrarlanan ani hareketler veya seslerden meydana gelen tikler olarak ifade edilen nörolojik bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Annenin hamilelik döneminde sevdiği birini kaybetmesi
- Anne hamilelik sırasında bebeğini kaybetmekten korkmuştur.
- Bir önceki hamilelikte bebeği kaybetme korkusu
- Kordon dolanması
- Kendini kısıtlanmalardan kurtarma çatışması
- Doğum anında bebeğin ilk nefesi almada yaşadığı zorluk
- Ne tür bir hareketin olduğu bize çatışma hakkında bilgi verir.
- Suda boğulma tehlikesi yaşamak

Örnek:

Çocuk 7 yaşına geldiğinde boyun hareketleri yapmaya başlar, bu durum araştırıldığında, annesinin hamilelik döneminde erkek kardeşini kaybettiği anlaşılır. Bu durum çocuğa anlatılınca boyun hareketleri kalkar.

Uykusuzluk – Insomnia

- Örtülü bir depresyon eşlik eder.
- Yalnız ve korunmasız hissetme
- “Hayatımda kesinlik istiyorum.”
- “Olanların benim suçum olduğu hissinden kurtulmak istiyorum.”
- Gece gerçekleşmiş bir dram
- Gece nöbeti anısı

Örnek:

Yalnız yaşayan kadının kapısı bir gece yarısı ısrarla çalınır. Kadın sessizce kapıdaki gitmesini bekler, sessizce yatağında kalır. Aylarca kulaklarında kapı sesi ile uykuya dalamaz, bu travmaya çalışılınca uyku geri gelir.

İÇ SALGIBEZLERİ

Hipofiz Adenomu – Prolaktin Artması

Hipofiz adenomları çoğunlukla iyi huylu tümörler olup kafatasının tabanında ve beynin altında yerleşmiş olan hipofiz bezinden kaynaklanır. Hipofiz bezi beynin en alt kısmında, gözlerin arkasında tam ortada tek olarak bulunan ve hormon yapımından sorumlu 1 cm boyutunda bir organdır.

Çatışmaları:

- İyi bir anne olamama, bebeğini iyi besleyememe, ona bakamama korkusu
- Annelik güdüsünün cinsel dürtüleri baskılayıp, anneliği ön plana çıkarması
- "Hayatımda korunmasız hissediyorum."
- Kendi başının çaresine bakmak zorunda kalmış çocuk anısı
- Annesi tarafından korunamayan, beslenemeyen çocuk
- Kendisi çocukken başka bir çocuğa bakmak zorunda kalmış kişinin anısı

Örnek:

10 yaşındayken babasını kaybeden çocuğun kardeşlerine bakmak zorunda kalması. Anne yas tuttuğu için bebeğine bakamaz, 10 yaşındaki çocuk bebeğin altını değiştirir, mama hazırlar. İleride evlenir, kendi çocuğu 10 yaşına geldiğinde birdenbire prolaktin hormonu yükselir. Çatışmanın çözülmesiyle hormon düzeyi normale döner.

Hipertiroid

Hipertiroidi, tiroit bezinin aşırı çalışmasına bağlı olarak gelişen ve kan dolaşımına çok fazla tiroid hormonu (TSH) salgılanmasıyla oluşan bir hastalıktır.

Çatışmaları:

- Çabuk çabuk hareket etmek zorunluluğu ile ilgili çatışma
- Daha hızlı gidebilmek için beynin çılgın çözümü olarak, aşırı tiroksin üretir.

- Bir trafik kazası sonrası yaralıyı hastaneye yetiştirmek anısı gibi acele yapılması gereken işler

Örnek:

Küçük kardeşi aynı okula yazılan abla her sabah kardeşini beklemek zorundadır. Kardeşi geç hazırlandığı için okula geç kalmaktadır. Beyin bedende tiroidi hızlandırarak bu çözümü sunar. Çatışma çözülünce hastalık iyileşir.

Hipotiroit

Hipotiroidi, tiroit bezinin az çalışmasına bağlı olarak tiroit hormonlarının az salgılanmasıdır. Bu hormonlar metabolizmamızı düzenlediğinden, kana az hormon salgılanmasına bağlı olarak halsizlik, yorgunluk, ciltte kuruluk ve dökülme, müdahale edilmeyen vakalarda dilde büyüme, seste boğuklaşma ortaya çıkabilir.

Çatışmaları:

- Tehlike karşısında zamanı yavaşlatmak isteyen beynin çılgın çözümü
- Tiroidi yavaşlayanlar çok üşür ve kilo alır
- "Bu kadar işi yapacak gücüm yok, yavaşlayarak zamanı durduruyorum."
- "Hızlı olmalıyım ama bunu başaramam."

Örnek:

Üniversite sınavına hazırlanmaya çok geç başlayan çocuk, programına her baktığında yetiştiremeyeceği kaygısı taşır. Sınavdan hemen sonra hipotiroit gelişir. Çatışması çözülünce vücut normale döner.

Haşimato – Tiroit İltihabı

Ciddi bir otoimmün hastalık olan haşimatoda bağışıklık sistemi sağlıklı hücrelere saldırarak tiroit bezinin daha az salgı yapmasına neden olur.

Çatışmaları:

- “Zaman kazanmaya ihtiyacım var.”
- “Zamanımı yavaşlatmaya/durdurmaya ihtiyacım var.”
- “Ateş püskürmek isterken aile birliğine zarar vermemek için kendimi frenlerim.”
- Bir yakınınızın çok az ömrü kaldığında yaşadığınız “zamanı durdurma” programı

Örnek:

Eşinin çaresiz bir hastalığın pençesine düştüğünü öğrendiğine, bu hayatta eşiyle yapmak istedikleri aklına gelen kadın bir süre sonra eşini kaybeder ve tiroitleri iltihaplanır. Çatışma çözülmünce ilaca ihtiyacı kalmaz.

Kronik Yorgunluk Sendromu – Asteni

Normal yorgunluktan farklı olarak, asteni dinlenme sonrasında geçmez ve genel verimlilik ve ruh haline yansır, sonuç olarak sinir sisteminin tükenmesi ve sinir hücrelerinin dengesi bozulmaktır. Asteni sendromu birçok hastalığın yan kardeşidir, kalp ve damar hastalığından mide rahatsızlığına kadar sizlere eşlik eder.

Çatışmaları:

- Yönünü kaybetme çatışması
- Yerinden yurdundan edilme çatışması
- Öz değersizlik ve güçsüzlük çatışması
- Hayatta kalma ile ilgili çatışmalar

Örnek:

Yıllarca bir ekmek bile almayan kadının bütün sorumluluğunu eşi almıştır. Eşi aniden ölünce faturaları bile yatıramayan kadının beyni asteni geliştirir.

Erken Menopoz

- Kadınların erkeklere karşı güttüğü kin
- Çok sevilen bir erkeğin kaybı
- Aldatılma anısı

Örnek:

Erkekler tarafından hem gençliğinde hem evliliğinde aldatılan kadının babası öldükten hemen sonra, kadın menopoza giriyor. Bu çatışmalar ile yüzleşince menopoz geri dönüyor.

Ateş Basmaları

Ateş basması veya sıcak basması denilen durum belli aralıklarda aniden gelen ve birkaç dakika bazen daha uzun süren, yüzde ve vücudun genellikle üst bölgelerinde kızarma, terleme, üşüme, titreme, çarpıntı, sıkıntı, daralma gibi belirtilerle karakterize bir durumdur.

Çatışmaları:

- Cinsel hüsrân çatışması
- “Artık arzulanası değilim.” (Menopoz.)

Örnek:

Adatılma sonrası menopoza giren kadın, kocasını her gördüğünde ateş basması yaşıyor, kendini değersiz hissediyor.

Selülit

Selülit sıklıkla uyluk, kalça ve karın bölgesindeki deri ve deri altı yağdokusunu etkileyerek portakal kabuğu görünümü olarak tanımlanan girintili çıkıntılı bir dokuya neden olan bölgesel metabolik bozukluk olarak tanımlanabilir.

Çatışmaları:

- “Geçmişte yaşadığım, kırıldığım, incindiğim bir olayı görmeyi reddederim.”
- Emzirme sırasında terk edilmekten korkma
- Koruma ve güvenliği kaybetme korkusu
- Çocuklarda terk edilme anısı
- Annenin babaya ihaneti anısı
- Kişinin aynadaki estetik olmayan görüntüyü mozaikleme çatışması
- Kalçada: Anneyle ters düşme, ona karşı gelme çatışması
- Uyluklarda: “Annemden daha iyi bir insan olmalıyım.”

Östrojen Sorunları

Bu hormon ile ilgili bir problem var ise, iletişim sorunları ve çatışmaları ile ilgili olaylara bakmak gerekir.

Diyabet Tip 1 Juvenil – Şeker Hastalığı

Tip 1 diyabet insüline bağımlı diyabettir. Pankreastan salgılanan insülin hormonunun eksikliğine veya yokluğuna bağlı gelişen diyabet tipidir.

Çatışmaları:

- Aile klanında donarak ölme, Sibiry'a, Rus çalışma kampı anısı
- P/A dönemi baba bebeği aldirmek istemiş mi?
- Birinin ya da bir hayvanın ölümüne şahit olmak
- Bir enjeksiyon veya ameliyat anısı

Örnek:

Geçim sıkıntısı yaşayan bir ailede kadın kazayla altıncı çocuğuna hamile kalır. Baba ısrarla çocuğu aldirmek ister ancak annenin dini inançları buna izin vermez. Doğan çocuk 6 yaşına geldiğinde Tip 1 diyabet teşhisi konulur.

Diyabet Tip 2 – Şeker Hastalığı

Tip 2 diyabetin temelinde insülin direnci ve insülinsekresyon anormalliği bulunmaktadır. Yapılan birçok çalışmada insülin direnci, insülin salgılanma bozulduğundan önce ortaya çıkmaktadır.

Çatışmaları:

- Aşırı direnç çatışması ile birlikte bir o kadar iğrenme çatışması
- Kavgaya her an hazır olacak şekilde kanda enerji (şeker) dolaştıran beyin, çatışmaya hazırlık yapar.
- Baba sert otoritesi ile anneye ulaşımı engeller. Beyin şekeri kodlar (Anne: Tatlılık.)
- Otoritenin baskısı ve sıkıcılığından kurtulmak için, beyin tatlılığı artırır.
- Gelecek için rezerv (birikim) yaratma ile ilgili kaygılar

Örnek:

Her ikisi de ikinci evliliğini yapan bir çift evliliğin ilk günlerinde her gün birlikte oluyor. Kadın bu durumdan artık tiksinemeye başlıyor ancak bu durumu engelleyemiyor. Bir süre sonra kadına Tip 2 diyabet teşhisi konuluyor.

DUYU ORGANLARI

Gözler

Miyop

Miyopi, gözün yapısının normalden uzun olmasına bağlı olarak uzağı net görememektir.

Çatışmaları:

- Tehlike yaklaştıkça, gözler yakına odaklanır, uzağı kaybeder.
- Yakında, evde yaşayan bir otoritenin şiddetinden korunmak için yakına odaklanmak

Örnek:

Çocuk alkolik babasının eve gelmesinden korkmaktadır. Baba eve geldiğinde çocuğa yaklaşıp bir tokat atmaktadır. Çocuk yakınındaki bu tokada yoğunlaşarak küçük yaşta miyopi geliştirir. Bu çatışma çözülünce gözde yarı yarıya derece düşer.

Hipermetrop

Gözün ön-arka çapının normalden kısa olması sonucunda, yakını net görememedir.

Çatışmaları:

- Uzak mesafedeki bir tehlikeye odaklanmak
- Gelecekte başına gelecek olaylar ile ilgili kaygılanma

Örnek:

Kızı üniversiteyi kazanıp başka şehre giden kadının bir süre sonra yakını görme problemi başlıyor. Odağı uzaktaki kızında olduğu için bu çatışmayı yaşadığını anlayıp çalışma yapar ve hipermetropi 1 derece düşer.

Astigmat

Astigmat gözümüzün en öndeki şeffaf tabakasının (kornea) doğuştan şekil bozukluğudur. Astigmatlar hem uzağı, hem yakını bulanık görür, nesneleri net ve düzgün göremezler.

Çatışmaları:

- Korneanın kavislenmesi ile oluşur.
- “Çektiğim ıstırabı daha fazla göstermek istemiyorum.”
- Aynı anda birini çok sevip nefret etme çatışması
- Gerçeği çarpıtarak, kendini kandırma çatışması
- “Gerçeği olduğu gibi görmeyi reddediyorum.”
- “İstedğim hayat bu değildi, görmeyi reddediyorum.”

Örnek:

Üniversite sınavına çok çalışmasına rağmen, sınavda heyecanlanıp istediği puanı alamayan genç kız, okula kayıt olmaya gittikten 1 ay sonra bulanık görmeye başlıyor. Astigmat çatışmasını çözünce bu durum iyileşiyor.

Göz Tembelliği

Doğumdan itibaren her iki gözü sağlıklı görsel uyarı alan çocuklar, bu iki gözden gelen görüntüleri beyinde birleştirip tek bir görüntü olarak algılamayı öğrenir. Bunun gelişimine engel olan her durum göz tembelliği (ambliyopi) ile sonuçlanır. Göz tembelliği, tek taraflı veya çift taraflı görme keskinliğinde azalmaz.

Çatışmaları:

- Anne bebeği beklerken mutsuzdur.
- Babadan ayrılma anısı
- Anneden ayrılma anısı

Örnek:

Çocuğun, ayrılmak üzere olan ebeveynleri umutsuzca birleştirme çabası

İçe Şaşılık

- Çok yakındaki tehlikeye odaklanmak
- Her an gelecek bir saldırı korkusu

Örnek:

Dış hekiminde ağzına iğne yapılacak çocuk şaşılık geliştirir, çatışma çözülünce şaşılık biter.

Dışa Şaşılık

- Uzaktaki tehlikeye odaklanmak için, panoramayı genişletmek üzere dışa şaşılık oluşur.
- Aynı zamanda P/A dönemi annenin veya çocuğun ilgi, şefkat arayışı

Örnek:

Bakıcıya emanet edilen çocuk, anne evden gidince evin bahçesinde oynamaya başlar. Ancak bahçe görevlisi çocuğu taciz eder ve hiç kimsenin haberi olmaz, dış şaşılık gelişir. Çocuk bu durumu anlattığında düzelme görülür.

Sarı Nokta Hastalığı

Makula dejenerasyonu olarak bilinen sarı nokta hastalığı genellikle kalıtımla geçen, 55 yaş sonrası kişilerde, sigara içenlerde

ve yetersiz beslenenlerde sık görülen, ilerlemesi durumunda görme kaybına yol açabilen, gözde makula ismi verilen bölgenin bozulmasıyla karakterize bir retina hastalığıdır.

Çatışmaları:

- “Odaklandığım, hayatımın merkezine koyduğum şey bozulmaya başladı.”
- Bir şeyin veya bir kişinin varlığını, görüntüsünü kaybetmek
- Ölümle veya ayrılıkla deneyimlenen kayıp çatışması
- Birinin ölümüne tanıklık etmek

Örnek:

Yıllarca mutlu evliliği olan kadının kocası bir akşam kalp krizi geçirip anında ölür. Bu ölümüne şahit olmanın verdiği çatışmayı yaşatmamak için beyin sarı nokta hastalığı programlar. Yas sonlandırma ile çatışmanın çözülmesiyle sarı nokta iyileşir.

Katarakt

Katarakt, gözbebeğinin arkasında bulunan ve görmeyi sağlayan göz merceğinin (lensin) saydamlığını kaybederek matlaşmasına bağlı olarak görmenin azalması ile sonuçlanan bir hastalıktır. Göz merceğinin matlaşması, kişinin buğulanmış bir camın arkasından bakıyormuş gibi görmesine yol açar.

Çatışmaları:

- Gördüklerini reddetmek, görmek istediği gibi görmek
- “Gözümün önünde olanları görmek acı veriyor.”

- Kendini korumak için av tarafından görünmez olmak
- “Acı verici detaylara takılmak istemiyorum.”
- Kapılar ile ilgili yaşanan bir stres

Örnek:

Kız kardeşi istemediği bir adamla evlenince ablasının gözlerinde katarakt oluşuyor.

Konjonktivit

Halk arasında kırmızı göz hastalığı olarak da bilinen konjonktivit, göz akını örten şeffaf dokunun ve gözkapaklarının içinin iltihaplanmasıdır. Bu durum da göz içinde kanlanmaya yol açar. Gözkapaklarının içini ve gözlerin beyaz kısmını (sklera) kaplayan zara konjonktiva adı verilir.

Çatışmaları:

- Gördüklerinden kirlenme çatışması
- “Gördüğüm şeyden çok utandım, keşke görmeseydim.”

Örnek:

Babasını başka kadınla gören çocuk bu durumu kimseye söyleyemez. Gözkapaklarında konjonktivit oluşur, çatışma bulunup konuşturulduğunda gözler iyileşir.

Göz Tansiyonu – Glokom

“Göz tansiyonu” veya halk arasında “karasu hastalığı” olarak adlandırılan glokom, göz içi basıncının yükselmesi sonucu oluşan göz siniri harabiyeti şeklinde tanımlanır.

Çatışmaları:

- "Bir olaya odaklanma, vâkıf olmak için gözlerimi büyütec gibi kullanmalıyım."
- Çok yakın geleceğe dair büyük korku çatışması
- Hedefe olabildiğince hızlı ulaşma çatışması

Örnek:

Doğum yapan kadının bebeği kuvöze alınır. Anne bebeği görmek için sabırsızlanır, ne zaman görebileceğini sorar, "Yarın" şeklinde cevap alır, bir an önce yarının gelmesini ister, glokom gelişir.

Göz Altı Torbaları

- Gece gelen tehlikeye karşı uyanık olma çatışması
- Madenci, tünel, gece çalışma anısı olan atalar

Örnek:

Hamile kadının eşi gece vardiyasında çalışmaktadır ve kadının geceleri korkudan uyuyamamaktadır. Doğan çocuğun göz altı torbaları fark edilir ve bu durum çocuğa anlatılınca iyileşme görülür.

İstemsiz Göz Titremesi – Nistagmus

Nistagmus, bebeklik döneminde başlayabilen veya daha sonraki yaşamda edinilen istemsiz göz hareketleridir. Görmede azalmaya veya sınırlı görmeye neden olabilir.

Çatışmaları:

- Gözler yatay veya dikey istemsiz titrer.
- Tehlikeden kaçmak için gözler panoramayı genişletmek için her yöne doğru hareket eder.
- Saldırı her an her yerden gelebilir.
- Ensest veya taciz anısı

Örnek:

Abisi kız kardeşine defalarca cinsel tacizde bulunuyor. Buna şahit olan anne kızını korumak için oğlunu evin içindeki tehdit olarak görüyor ve sürekli tetikte. Bir süre sonra gözlerde titreme başlıyor, bu çatışmaya çalışılınca titreme geçiyor.

Göz Kuruluşu

Göz kuruluşu, gözdeki nem miktarının azalması sonucu ortaya çıkan bir rahatsızlıktır. Gözler gözyaşı ile nemlenmediğinde kişide göz kuruluşu sorunu meydana gelebilir. Aynı zamanda gözdeki gözyaşı kalitesinde bozulmalar meydana geldiği zaman da göz kuruluşu sıkıntısı ile karşı karşıya kalılabilmektedir.

Çatışmaları:

- Ağlaması yasaklanan bir kişi
- "Gözyaşlarımı kimseye göstermemeliyim."
- Islak bir ortamda deneyimlenen çatışmalar (yağmurlu bir havada hastayı acil hastaneye yetiştirme kaygısı gibi)
- Otoriter bir annenin cezasından korkan çocuğun anısı

Kulak

- Kulak bebeğin anne karnına düşmesinden kısa bir süre sonra işlevine başlar. Bu yüzden işitme ile ilgili çoğu sorun anne karnında programlanmıştır.

- Kulakla ilgili problemler “duyma”, “duymayı başaramama”, “duyduklarından acı çekmek” ile ilgili çatışmalardır.

Dışkulak İltihabı

Dışkulak iltihabı ya da otitis externa, kulakkepçesi ile kulak zarı arasındaki tüp olan dışkulak kanalının iltihaplanması durumudur.

Çatışmaları:

- “Duyduğum şey beni çok incitti.”
- “Duyduğum şey bana ayrılık hissettirdi.”
- “Sevdiğim kişinin suskunluğu beni tedirgin ediyor.”

Örnek:

Kadın çocuğunun arkadaşları ile ilgili bir sorunu olduğunu fark eder bu durumu ortaya çıkarmak için çocuğuna defalarca sorar, cevap alamaz. Bir süre sonra kadında dışkulak iltihabı başlar, çatışma ile yüzleşince durum düzelir.

Ortakulak İltihabı

Otitis media ya da ortakulak iltihabı kulak zarının arkasında sıvı birikimi, ortakulakta kızarıklık, şişme ve ağrı ile seyreden bir enfeksiyondur.

Çatışmaları:

- Kulakla yakalamaya çalışılan sırlar, bilgiler
- Çocuklarda istemediği bir şeyin zorla yaptırılması
- Korku çatışması
- “Çok önemli bir bilgiyi duyamadım.”
- Lokmayı yakalayamama

Örnek:

Kadın hamileyken eşinin ortağıyla yaşadığı bir soru olduğunu fark eder. Bu durumu anlamak için telefon konuşmalarını gizli gizli dinler bir şey duyamaz (lokmayı yakalayamama). Doğan çocukta ortakulak iltihabı gelişir, bu durum çocuğa anlatılınca düzelme olur.

İçkulak İltihabı

Çeşitli virüsler, bakteriler ve mantarların içkulakta labirenti (salyangoz) tutması sonucu oluşan bir enfeksiyondur. İşitme kaybı ve/veya denge bozukluğuna sebep olur.

Çatışmaları:

- “Aynı fikirde olamayacağım şeyleri duymaya artık katlanamıyorum.”
- “Kulaklarıma inanamıyorum.”
- Duyma kapasitemizin üstündeki gürültüler
- Bir telefon konuşması sırasında deneyimlenen stres, kötü haber

Örnek:

Eşi hamile olan adama telefon gelir ve babasının hastaneye kaldırıldığı söylenir. Baba iyileşir ancak adamın doğan çocuğunda sık sık içkulak iltihabı oluşur. Bu durum çocuğa anlatılınca durum kendiliğinden düzelir.

İşitme Kaybı

Genellikle ana rahmindeki çatışmalar ile ilgilidir.

- Gizlenen bir aile sırrı
- “Duyduğum şey yüzünden acı çektim.”
- “Kulaklarıma inanamıyorum.”
- Genelde ana rahminde ana baba çatışması
- Hamileliğin çok gürültülü bir ortamda geçirilmesi (inşaat gürültüsü, tadilat vs.)

Örnek:

Hamile bir kadın her gece eşiyle tartışmaktadır. Bebekleri için daha büyük bir ev arzulamaktadır. Bu tartışmalar doğan çocukta işitme azalması olarak kodlanır. Bu durum bebeğe anlatıldığında işitme artar.

Meniere Sendromu

Meniere, içkulakta aşırı basınç nedeniyle ortaya çıkan bir hastalıktır. Hastalık, içkulakta bulunan denge organının etkileneşmesi sonucu ortaya çıkar. Meniere hastalığında görülen üç ana belirti; beklenmedik ani vertigo atakları, kulak çınlaması ve işitmede azalmadır.

Çatışmaları:

- Kendini bir labirentin, çıkmazın içinde hissetme çatışması
- Bir şeyle ilgili değer yitimi çatışmasının tamir fazı
- “Duyduğum şeyden acı çektim.”
- Gelecek için aşırı endişelenme
- “Olduğum yerde durmak zorundayım, hareket etmemek daha güvenli.”
- Baba kaybı

Örnek:

Babası tarafından terk edilen çocuğun anısı

Kulak Çınlaması – Tinitus

Öncelikle sesin neye benzediğine bakılmalıdır.

- İşitme yoluyla ayrılık haberi alma
- “Duymak istediğim ama duyamadığım ses.” (Kayıp.)
- İç sesini duymak ile ilgili çatışma
- “Duyduklarım beni çok incitti, bunu duyduğuma inanamıyorum.”
- Travma anında ortamda alt tonda bulunan sesler beyinde yankılanmaya başlayabilir.

Örnek:

Adam annesinin hastaneye yatırıldığını öğrenir, hemen hastaneye gider. Odadan girdiğinde annesinin öldüğünü öğrenir ve üstü örtülü bir şekilde morga götürüldüğünü görür. Yatağın tekerleklerinin çıkardığı ses kulaklarından gitmez, çatışmayı fark ettiği anda sesler anında kaybolur.

DERİ HASTALIKLARI

Deri Kanseri – Melanom

Deriye rengini veren melanin adlı renk pigmentleri, melanosit denilen cilt hücreleri tarafından üretilir. Bu hücrelerin kontrolsüz bir şekilde bölünüp çoğalması sonucunda meydana gelen cilt kanseri melanom veya melanoma olarak tanımlanır.

Çatışmaları:

- Bütünlüğe yapılan saldırı, kirlenmiş hissetme
- Fiziksel bütünlüğün kaybı, amputasyon, bir uzvun eksilmesi çatışması
- Baba ile ilgili çatışmalar

Örnek:

Bir adam tehdit edilerek kaçırılıyor. Başına silah dayanan bu adamın tam silahın dayandığı bölgesinde melanom oluşuyor.

Egzama

Egzama kızarıklık, kaşıntı ve döküntülere sebep olan bir cilt rahatsızlığıdır. Her yaş grubunda görülebilir ve oldukça yaygın bir cilt hastalığıdır.

Çatışmaları:

- Ayrılık çatışmasının tamir fazıdır. Tensel temasın kesilmesi ile ilgilidir.

- Eski sevgiliden ayrılık sonrası, yeni bir temasın başlamasıyla ortaya çıkabilir.
- Yalnız kalma korkusu çatışması tamir fazı
- Hamilelik öncesi anne veya baba ayrılığı düşünür, hamilelik haberi alınca vazgeçer, bu çatışma bebeğe kodlanır.

Örnek:

Eşinin aldatması sonucu boşanan kadın yıllarca yalnız yaşar, yıllar sonra anlaşılabileceği bir eş bulduğu dönemde egzama başlar.

Sedef

Sedef hastalığı, cilt hücrelerinin normalden birkaç kat daha hızlı çoğalmasına neden olan bir cilt bozukluğudur. Bir diğer adı da psoriasis olan sedef hastalığı sırasında ciltte beyaz pullarla kaplı engebeli kırmızı lekeler görülmeye başlanır.

Çatışmaları:

- Daima çifte ayrılık çatışması (iki kişi, iki ayrı olay, aynı anda olmak zorunda değil). İki çatışmadan biri aktif fazda, diğeri tamir fazındadır.
- Bazen aynı kişiyle iki defa ayrılık
- Kişinin kendisiyle, kimliğiyle, özgüveniyle ilgili hissettiği çifte çatışma
- Temasa zorlanma çatışması
- Aile ağacında yakılma anısı araştırın.

Örnek:

Annesi ölüm döşeğinde olan adamın eşine de hastalık teşhisi konulur. Hem annesini hem eşini kaybetme korkusu yaşayan adamın eşi iyileşir, annesi ölür. Bu çatışma ile 2 ayrılık çatışmasının biri tamir fazına girince sedef geliştirir. Çatışma çözülünce düzelme olur.

Kurdeşen

Kurdeşen ya da tıbbi adıyla ürtiker ciltte aniden ortaya çıkan ve ortası soluk kırmızı döküntülere sebep olan bir rahatsızlıktır. Halk arasında kurdeşen dökmek olarak tabir edilen hastalık vücutta genellikle belirli bir bölgede ortaya çıkar. Fakat bazen tüm vücudu kaplayan döküntüler de bulunabilir.

Çatışmaları:

- Kin duygusunun devam ettiği bir ayrılma çatışmasının tamir fazı
- "Bütünlüğüm zedelendi, affettim ama öfkem hâlâ geçmedi."

Örnek:

Partneri ile çok güzel bir ilişkisi olan kadın bir gün terk edilir. Hiçbir açıklama yapmadan giden bu adama kin duyan kadın acı çeker. Bir gün kapı çalınır ve adam özür dileyerek geri gelir. Kadın onu affetse de içten içe bir kin duygusu devam eder. Adam döndükten hemen sonra kadında kurdeşen görülür (tamir fazı). Bu çatışma ile yüzleşince düzelme olur.

Sigil

Sigiller, derinin üst tabakasına yerleşen Human Papilloma Virüs-HPV olarak bilinen bir virüsün oluşturduğu enfeksiyonlardır. Sigiller vücudun herhangi bir yerinde bulunabilirler. Vücudun bir bölümünden vücudun başka bir bölümüne yayılabilir.

Çatışmaları:

- Tamir fazında ortaya çıkar.
- Okulda elyazısı ile ilgili utandırılma
- Pişmanlık içeren kirlenme çatışması
- "Arkadaşlarım kadar iyi değilim."
- Bölgesine göre anlamı değişir:
- Ayak-kökler
- Sırt-geçmiş
- Ön-gelecek
- Yanlar-günümüz
- Yüz kişinin kendi görüntüsü
- Sol taraf dişil
- Sağ taraf eril
- El: Elle yapılan işler
- Her iki el çatışma çok yoğun olduğunda
- Boyun, boyna temas içeren ayrılık. (Sevgili kolye vermiş ve ayrılmıştır, yeni sevgili bulunca boyunda sigil çıkar.)
- Burun: Baba çatışması

Örnek:

Küçük çocuğun elyazısı kötüdür, sınıfta öğretmen kâğıdını arkadaşlarının önünde kaldırarak ne kadar kötü yazdığını

gösterir, çocuk yerin dibine girer. Hırslanan çocuk zamanla elyazısını düzeltir, bu sefer öğretmen kâğıdını alır ve çocuğu alkışlatır. O gün çocuğun parmağında sigil oluşur. Bu çatışma anlatılınca çocuğun sigili geçer.

Lupus – Sle – Kelebek Hastalığı

Kelebek hastalığı (Lupus) ya da tam adıyla Sistemik Lupus Eritematozus vücutta pek çok organı birden tutan romatizmal bir hastalıktır. Yüzde kelebek tarzında kırmızı döküntüyle karakterize olduğundan halk arasında kelebek hastalığı olarak bilinir. Lupus hastalığı otoimmün olarak tabir edilen hastalıklardandır.

Çatışmaları:

- “İçimdeki suçluluk duygusu yüzünden kendimi cezalandırırım.”
- “Kendimi yenilgiye uğramış ve gücünü kaybetmiş kurt gibi görürüm.”
- Değersizleşme çatışması
- Ahlaki veya fiziksel kirlenme çatışması
- Sınırlarla ilgili çatışmalar
- Lupustan etkilenen bölgenin sembolik anlamı

Örnek:

Hamilelik döneminde kadının çok istediği evi arkadaşı alır ve kadın bu duruma çok imrenir, eşinin kendisine değer vermediğini düşünür (ağzının suyu akar). Doğan çocukta SLE görülür.

Zona

Zona, tıptaki adı ile Herpes zoster; “varicella zoster” denilen virüsün neden olduğu, duyuşal sinir hücreş gruplarını (dorsal kök ganglionlarını) tutan, ağrılı, döküntülü bir deri hastalıdır. Herpes zosterin ilk belirtisi çok şiddetli olabilen ağrıdır. Ağrıya, deride duyarlılık, ateş, halsizlik eşlik edebilir.

Çatışmaları:

- Lekelenmiş hissedilen otoriteye boyun eğmekle ilgili çatışma
- Çıkan bölgede fiziksel şiddet anısı
- Bütünlüğün bozulması çatışması (bir organın kaybı, ampute edilmesi)

Örnek:

Yıllarca kız kardeşiyle görüşmeyen adam barışmak umu-duyla kapısına gider. Kız kardeşi onu kapıda aşağılar ve kapıyı yüzüne kapatır. Daha sonra bedeninde zona gelişir, çatışmayı çözünce iyileşir.

Roza Hastalığı – Pitriyazis Rozea

Rozasea (gül hastalığı/gülleme hastalığı), yüz ve göz bulguları ile ortaya çıkan kronik tekrarlayıcı bir rahatsızlıktır. Özellikle yüzün orta kısmında yer alan kızarıklık, yüzeyden kabarık sivilcemsi oluşumlar, damar genişlemeleri ile seyreder.

Çatışmaları:

- Aile klanından ayrılmış hissetme.
- "Ailemin dışında hissediyorum."
- "Annemle babamın boşanmasını istemiyorum."
- "Ailem dağılıyor, kurtaramıyorum."

Örnek:

Üniversiteyi kazanıp başka şehirde yaşamaya başlayan genç kız, sosyal olarak uyum sağlayamıyor, kendini terk edilmiş hissediyor. Çocukta gül hastalığı başlıyor. Çatışma çözülünce normale dönüyor.

Vitiligo

Vitiligo, kesin sebebi bilinmemekle birlikte deride pigment kaybına bağlı olarak açık renkli alanların oluştuğu bir tür deri hastalığıdır. Halk arasında ala veya alaca hastalığı olarak farklı şekillerde adlandırılabilen bu hastalık, her yaşta görülebilse de büyük oranla 20 yaşından önce belirti vermeye başlar.

Çatışmaları:

- Çok sevilen birinde çirkin bir şekilde ayrılık
- Kendini temize çıkarmayı isteme
- İzinsiz dokunuşlardan temizlenme çatışması
- Vajina: Tecavüz, ensest, taciz anısı
- Ağız: Oral seks anısı
- Üst soyda zimmete para geçirme anısı
- Kollar: "İstemediğim biri tarafından kollarımdan tutuldum, kirlenmiş hissediyorum."

- Uyluklar: Cinsel organlara zorla dokunulma
- Kadının durmadan cinsel istekte bulunan kocasından saklanma çatışması (beyaz çarşafın rengine bürünme)
- Çok sevilen birinin kaybı ile ilgili yas

Örnek:

Ailesini ikna edemeyen genç kız 16 yaşındayken sevdiği adamla kaçarak evleniyor. Hamileliği boyunca suçlanma ve kendini temizleme çatışması yaşıyor. Çocuğu 16 yaşına geldiğinde bu çatışma sonucunda bedende vitiligo olarak gelişiyor.

Sivilce Akne

Tamir fazında ortaya çıkar.

- “Kendime ya da diğer insanlara yönelik öfke, eleştiri, kırgınlık, reddetme, korku, utanç ya da güvensizlik gibi duyguların gözle görülebilir bir ifadesidir, kendimi çirkin hatta iğrenç bulduğumun göstergesidir.”

- Lekelenmiş hissetme, estetik değersizlik
- Doğduğunda bebeğin aldığı ilk bakış
- İlk flörtte hakarete uğrama
- Arkadaşlarının önünde utandırılma
- Aynada sivilceli bölgeye her bakıldığında sivilce programı tekrar tetiklenir.

Örnek:

Anne ergen çocuğunun odasına aniden girer ve ne yaptığını sorar. Çocuk apar topar izlediği açık saçık videoyu kapatır, ne yaptığı anlaşılmaması diye yüzünde bir kalkan gibi koruma

programını geliştirir. Anne özür dileyip çıkar ve bir daha odasına izinsiz girmez, bunun üzerine tamir fazıyla sivilce gelişir.

Impetigo

Impetigo genellikle yüzde, özellikle çocuğun burnu ve ağzı çevresinde, ellerde ve ayaklarda kırmızı yaralar şeklinde görünür.

Çatışmaları:

- İstenmeyen temas veya ayrılık çatışması
- Yasaklar ile ilgili çatışma ve değersizlik
- Ayrılık içeren saldırı
- “Bunu bana yapması çok çirkin.”
- Aile içinde yeteneklerin geliştirilmesine izin verilmemesi ve buna bağlı değersizlik

Örnek:

Üniversitede eğitim görevlisi olarak çalışan genç kadın âşık oluyor ve ailesinin karşı çıkmasına rağmen okumamış tüccar bir adamla evleniyor, işini ve kariyerini bırakıyor. İki yıl sonra adam başka bir kadınla kaçıyor ve kadında impetigo oluşuyor. Çatışmayı çözdükten bir gün sonra iyileşme görülüyor.

Deride Çatlak

- Soyağacında taciz, istismar
- Küçükken dövülme, tecavüze uğrama, ensest

Örnek:

Abi kız kardeşine okuldaki bazı ödevlerini yaptırır. Arada sırada kabul etmediğinde kız kardeşini döver. Bu durumun çatışması ileriki hayatında deride çatlak oluşturur.

Yağ Bezesi – Lipom

Yağ bezeleri, tıp dilinde lipom olarak da adlandırılan ve vücutta herhangi bir bölgede oluşan içi yağ dolu ve genellikle küçük yapılı, tümör benzeri oluşumlardır.

Çatışmaları:

- Karşılık gelen beden bölgesinde kişinin deneyimlediği estetik değer kaybı çatışması
- “Kendimi güzel bulmadığım yerlerimle ilgili bedenimi örtüyorum.” (Yağ bezesi.)
- Ense kökünde oluştuğunda haksızlık, adaletsizlik ve iletişim konuları hâkimdir.

Örnek:

Kalçalarının iki tarafında lipom olan genç kızla küçükken ablası alay etmiş, kalçalarının ne kadar düz olduğu söylenmiştir. Bu çatışma çözümlendiğinde yağ bezesi kaybolmuştur.

Saç Dökülmesi

- Suçluluk hissettiren çatışmalar
- Erkeklerde “doğru partneri bulamama” çatışması
- Kadınlarda yuva kuramama, yuvayı kaybetme çatışması

- Temas ve iletişim ile ilgili travmalar

Örnek:

Genç çocuk kız arkadaşından ayrıldıktan hemen sonra saçları dökülüyor, bu durum aylarca devam ediyor. Kendini mutlu hissettiği yeni ilişkisi başlayınca dökülme duruyor.

Alerjiler

Yaşanan ana ayrılıkla ilgili çatışmanın tamir fazıdır. Bu deneyim beynimize kişi, hayvan, yer, nesne ya da ortam olarak kayıt edilebilir. Duygusal olarak gösterilen reaksiyon ne kadar güçlüyse, alerji o kadar güçlü ortaya çıkar. Bir kişide alerji var ise o kişinin ayrılık deneyimlediğini biliriz (bazen hamilelikteki deneyim çocukta baş gösterir). Alerjiler kayıpların bitirilmemiş, tutulmamış yası olarak da tanımlanabilir.

Örnek:

Hamile kadın kahvaltı ederken, annesinin hastaneye kaldırıldığı haberini alır. Annesi daha sonra iyileşse de doğan çocuğunda yumurta alerjisi gelişir, kahvaltıda travma anında yumurta tehlike ile beraber kodlanmış olur. Bu durum çocuğa anlatılınca düzelme olur.

Buğday Alerjisi

- Anne sütünden mamaya geçiş çatışması
- Aileden ayrılma, uzaklaşma çatışması
- İlişkide soru işaretleri olması

Örnek:

Evlenip başka bir şehirde yaşayan kadın yeni ailesine uyum sağlayamıyor, doğan çocuğunda buğday alerjisi görülüyor.

Fıstık Alerjisi

- “Hayat zor” çatışması
- Anne veya babanın bebeği ayrılık sonrası götürmesi
- Fıstıkların olduğu bir ortamda yaşanan ayrılık çatışması

Örnek:

Hamile kadın kahvaltıda fıstık ezmesi yerken telefon çalıyor ve babasının hastaneye kaldırıldığını öğreniyor. Daha sonra babası iyileşiyor ancak doğan çocuğunda fıstık alerjisi gelişiyor.

Glüten Alerjisi

- “Etrafım diğer insanlarla sarılıyken nefes alamadığımı hissedirim, diğer taraftan da beni destekledikleri, korudukları ve güç verdikleri bu insanları severim; ikileme düşerim.”
- Çok ani süttten kesilme anısı
- Aile ağacında un, buğday, fırıncı hikâyesi

Örnek:

Anne emzirme döneminde ağır bir hastalık geçiriyor ve mecburen çocuk mamayla beslenmek zorunda kalıyor. Bir süre sonra çocukta glüten alerjisi başlıyor.

Güneş Alerjisi

- Babadan ayrılma çatışması

Örnek:

Babasını kaybettikten bir ay sonra danışanda güneş alerjisi başlıyor. Yas sonlandırma ile iyileşiyor.

Penisilin Alerjisi

- Birinin çocuğundan ayrılmaya yönelik yaşadığı derin şok
- “Penis” ile ilgili bir çatışma ve ayrılık

Örnek:

Anne hamileyken acil apandisit ameliyatı olması gerekiyor. Doğum biter bitmez ameliyata alınıyor ancak annenin aklı bebeğinde kalıyor. Yeni doğan bebek bu çatışmayla doğarak, penisiline karşı alerjik oluyor.

Polen Alerjisi

- Polen mevsiminde yaşanan bir ayrılık
- Cinselliğin bittiği bir ayrılık
- Kişiliğe saldırı ile ilgili yaşanan bir olayla ilgili geliştirilen direnç

Örnek:

Anne polenlerin uçtuğu mevsimde aldatıldığını düşünüyor ve büyük acı çekiyor. Daha sonra bunun bir yanlış anlaşılma olduğunu öğrense de doğan çocukta polen alerjisi oluyor.

Süt Ürünleri Alerjisi

- Süt anneyi temsil eder, anne ayrılığı.
- Sütten kesme periyodu ile ilgili bebeğin yaşadığı ayrılık
- Aşırı korumacı bir anneyi reddetme çatışması

Örnek:

Hamile annenin kendi otoriter annesiyle yaşadığı bir dizi olaylar sonrası, annesi Alzheimer hastası oluyor. Çatışma sona ermiştir ancak doğan çocukta süt alerjisi oluyor.

Yumurta Alerjisi

- Hamilelik sırasında bebeği kaybetme korkusu (yumurta=bebek)
- Dramatik bir cinsel birleşme anısı, iğrenme
- Yumurta eşliğinde yaşanan ayrılık

Örnek:

Hamile kadın eşinin cinsel birleşme isteğinden rahatsız oluyor, bebeğine zarar geleceğini düşünüyor. Doğan çocukta yumurta alerjisi oluyor.

PSİKOLOJİK RAHATSIZLIKLAR

Depresyon

Depresyon sürekli üzüntü halinde olmaya ve zevk veren durumlardan keyif almamaya yol açar.

Beyne gelen büyük şoklar organlara indirgenemediğinde, beyinde hasar oluşur. Buna hormonal pat denir. 3 yolla deneyimlenir:

- Alan kaybı ve hormonal pat
- Alanını işaretleyememe ve hormonal pat
- Alanındaki kişilerle anlaşmazlık ve hormonal pat

Örnek:

Eşi tarafından aldatılan kadın bu durumun sorumlusu olarak kendini görür. "Mükemmel bir kadın olsaydım eşim beni aldatmazdı."

Panik Atak

Panik atak gerçek bir tehlike veya görünürde belirgin bir neden olmamasına rağmen şiddetli fiziksel belirtilerle kendini gösteren yoğun korku atağıdır. Panik atak anı çok korkutucudur, kişi kalp krizi geçirdiğini veya öleceğini düşünebilir.

- Ölüm deneyimi, birinin ölümüne şahit olmak
- Taciz, ensest anısı
- Boğulma tehlikesi anısı, bir süre nefessiz kalma, ölüme yaklaşma
- Baba ile ilgili korku çatışması: "Babam için endişelenirim ama aynı zamanda ondan çok korkarım."

Şizofreni

Şizofreni, bireylerin gerçekliği anormal olarak yorumladıkları ve gerçek ile gerçek dışını birbirinden ayıramadıkları ciddi bir zihinsel bozukluğa verilen isimdir.

- Deneyimli sağlık profesyonelleri tarafından değerlendirilmelidir.
- Gerçeklik ile bağın koptuğu acı verici olay
- Soyağacında veya ailede çok acı verici bir kayıp

Kilo Problemi

Kilo problemlerini ayrı bir başlık altında topladım. Kilo almanın da tıpkı hastalıklar gibi bir travma yüzünden oluştuğunu belirtmek zorundayım. Hayatınızda bir dönemde hızlı bir şekilde kilo almaya başladıysanız burada çatışmayı bulmak adına hangi travmaların kiloya sebep olacağını bilmek gerekir.

Ruhumuz yara aldığında her zaman bedene hastalık olarak mesaj göndermez, bazen bedeni korumaya almak için çılgın beynimiz bedeni bir zırh gibi kuşatarak yağ depolar, bizi korumaya alır. Kilolarımızdan kurtulmak için çalışma yapıyorsak tıpkı hastalıklar ile ilgili çalışmalarda yaptığımız gibi döngülerden faydalanmamız gerekir. Ama öncelikle hangi çatışmaların bizde kilo programı oluşturduğunu inceleyelim. Hepimiz muhteşem sağlıklı varlıklar olarak programlandık, ancak bazen anne rahmine düşmeden önce, bazen üst soyların bize aktarılan kodları ile, bazen de hayatımızdaki travmalar ile programlanıp kilolu bireyler olduk. Bu yüzden kilo alma kodunu nereden aldığımızı bulmak için her dönemin kilo programını başlatan çatışmalarını bilmemiz gerekir.

Proje/Amaç Dönemi Kilo Programı

Genellikle doğuştan kilolu veya çocukluğunda kilo almaya başlayan bireyler için bakılması gereken dönemdir. Bakılacak çatışmalar:

- Kuvöz anısı: Bir bebek doğar doğmaz kuvöze alınmışsa anneden ayrılığı, terk edilmeyi, yalnız bırakılmayı deneyimler. Bebek doğduğu andan itibaren 1 yıl boyunca anne tenine temas etme ihtiyacındadır. Bu ihtiyacı doyurulmadığı için bebeğin çılgın bilinçaltı bir an önce anneye kavuşmak için kilo alma programını başlatır ve bunu ömür boyu devam ettirebilir. Bebeğinizin kuvöz anısı varsa ve kilolu bir bebekse onunla gece uykuda konuşabilirsiniz:

“Canım yavrum seni hayatta tutmak için doğduğunda seni kuvöze aldirmek zorunda kaldık, doktorlar başka çaremiz olmadığını söylemişti. O anda yaşadığın yalnızlık ve terk edilmişlik deneyimin için senden çok özür dilerim, lütfen bizi affet, bu durumun seni kötü etkileyeceğini bilememiştik. Şu an sağlıklısın ve bu tehlike geçti. Bizim yavrumuz olduğunu seçtiğin için sana çok teşekkür ederiz, seni çok seviyoruz. Bu çatışmandan seni tamamen özgürleştiriyorum...”

Bu şekilde 4-5 gecelik konuşma sonrası hızla kilo veren onlarca çocuk danışanla karşılaştım.

- Düşük kilo ile dünyaya gelen bebek. Bazen bebek çok zayıf ve çelimsiz olarak dünyaya geldiği için annesi ve babası onun bir an önce kilo alması için dua eder. Bebeğin beyni alfalarının bu duasını kodlayarak “Kilo alırsam alfalarımı mutlu ederim” programını başlatabilir. Aynı şekilde gece konuşması ile bu çatışmanın kodunu bebekten boşaltabilirsiniz.

- Anne ayrılığı, sütten erken kesme: Bebek 1 yaşına gelmeden önce annesinden bir şekilde ayrı kalırsa, anne işine dönmek zorunda olup sütünü bebeğe sağarak vermek zorunda kalırsa bebek hem temas eksikliğinden hem de anne tarafından tek edilmişlik hissiyle kilo almaya başlayabilir.

Ayrıca dişlerini çıkarmadan bebek sütten kesilirse, yine kilo programı başlayabilir, bu durumlar da gece uykuda aynı teknikle anlatılabilir.

- **Düşük tehlikesi, endişeli hamilelik:** Eğer hamilelik döneminde anne bebeği sürekli kaybetme korkusu yaşarsa, riskli bir hamilelik geçiriyorsa yine bebeğin bir an önce kilo alıp sağlıklı doğması için dua eder. Bebeğin beyni alfasının bu isteğiyle kodlanarak bebeğin kilolu olmasını sağlar.

- **Proje amaç dönemi kayıplar, yas programı:** Proje amaç dönemi dediğimiz 30 aylık süreçte ebeveynlerde birinin kaybettiği bir yakını olursa, bebek bu yas programıyla kodlanabilir ve sembolik olarak kaybedilen kişinin ağırlığını taşıyacak hale gelir. Aynı şekilde bebek döllenmeden önceki 9 aylık süreçte bir kürtaj veya erken doğumla kaybedilen bir bebek varsa, yine yas programını alan bebek kilo alır. Bu durumların bebeğe uykuda anlatılması çok işe yarar.

- **Proje amaç dönemi ebeveyn**

Çatışmaları:

- **Bebek bir kavga, çatışma programını annesinden veya babasından alarak, korunma programı olarak kilo alabilir.**

- **Doğduğunda bebeğe konulan isimler:** Bazen bebeklere doğduğunda değişik isimler koyabiliriz (ayıcık, bonbon şekeri, sevimli panda vb.). Belki şaşıracaksınız ama bebek zamanla bu isimleri gerçek sanıp sizin benzetme yaptığınız hayvana veya nesneye benzemeye başlar.

Yaşam/Bağımsızlık Döngüsü Kilo Programı

- **Kadınlarda evlilik sonrası kilo:** Büyük beklentilerle evlenen bir kadının cinsellikle ilgili yaşadığı hayal kırıklığı kilo sebebi olabilir. Ağırlı bir cinsellik deneyimlemişse, şiddet içeren bir cinsellik var ise kadında koruma programı başlayabilir.

Ayrıca nişanlılıkta çok özen gösteren bir eş, evlilikte o özeni kaybettiği zaman kadının korunma programı başlayabilir.

- Erkeklerde evlilik sonrası kilo: Evlenince aniden sorumluluk yüklenen, borçlanan ve bunların altında zorlanan bir erkeğin korunma programı olarak başlayabilir.

- Kayıp/Kürtaj/Düşük anısı: Eğer hayatınızda çok sevdiğiniz birini kaybederseniz, kaybettiğiniz kişinin yasını sonlandırana kadar sembolik olarak onu bedeninizde taşırsınız. Bu anlamda kürtaj veya düşük anısı da aynı etkiyi gösterir ve beden kilo alır. Bu tür durumlarda yas sonlandırma sonucu kilo veren yüzlerce danışanımın olduğunu söyleyebilirim.

- Taciz/Ensest anıları: Taciz yaşayan bir danışanın tacizi yaşadığı bölgede korunma programı başlattığı ve kilo aldığı çok sık rastladığımız bir durumdur. Maalesef ülkemizde çok fazla rastladığımız ensest anıları da bedene yaygın bir şekilde kilo aldırır.

- İflas/Para kaybı: Eğer hayatınızda bir iflas, para kaybı gibi bir travmanız varsa ve arkasından kilo almışsanız bu çatışmanın çözümü kilo vermenizi sağlayacaktır.

- Anestezi anısı: Bu konu da çok önemli ve ilginçtir. Beynimiz tehlike anında bize savaş veya kaç komutu verir. Anestezi sırasında ne savaşır ne de kaçabiliriz ama tehlike (bistüri) bedenimize saldırmaya devam eder. Tam da bu anda korunma programı olarak ilgili bölgede (ameliyat bölgesi) yağlanma başlayabilir.

- Yangın anısı: Nadiren de olsa danışanlarımızda bir yangın tehlikesi, ölüm tehlikesi sonrasında kilo alma programının başladığını görmekteyiz.

Aile/Soy Klanı ile İlgili Kilo Programı

Kilo alma ile ilgili çatışmalarda üst soydan gelen çatışmalara az rastlansa da bilmekte fayda var:

- Üst soylarda göç, savaş, kıtlık, sürgün anısı varsa alt soylara korunma programı olarak kilo kodu aktarılabilir.
- Üst soyda aynı düzlemdeki aile bireyinin çatışmasını alan çocuk, kilo alma programı ile kodlanabilir.
- Kalabalık ailelerde her akşam yemeğe oturma bir çeşit aidiyet duygusu verir. Kişi hayatında yalnız kaldığında bu aidiyet hissine duyduğu özlemle akşamları fazla yemek yeme isteği ile kodlanabilir.

Bu başlıkların çatışmalarını döngülere oturtup zihinsel anlamda oto telkinle işe başlamanız gerekir. Daha sonra kamp ateşi ile sırtınızdaki duygusal yükü boşalttıktan sonra, enerji atıklarını da boşaltarak hızla kilo verebilirsiniz, üstelik bunu acıkmadan yapabilirsiniz.

3. BÖLÜM

BİLİNÇALTININ DİLİ

Buradaki bilgiler ışığında bilinçaltının hangi olaylarda hangi organları tetiklediğini tahmin edebilir hale geliriz.

Bilinçaltında bazı kodlar var ki genelleme yapılabilecek kadar istatistik mevcuttur. Okyanusta yönümüzü bulabilmek için bazı genellemelerin işimize yarayacağını düşünüyorum.

Bu istatistiklerden çıkardığım organ-çatışma ilişkilerini şu şekilde özetleyebilirim:

- Bel: Destek
- Sakrum: Cinsellik
- Omuz: Sıkışmak
- Boyun: Adalet
- Ağız: İfade, Lokmayı Yakalama
- Üstçene: Baba
- Altçene: Anne
- Dil: Söyleyememek
- Dudak: Söylemek İstememek
- Gırtlak: Yutamamak
- Mide: Yanlış Anlaşılma
- Bağırsak: Sindirememek

- Apandis: Rezerv Kaybı
- Anüs, Rektum: Kimlik
- Karaciğer: Yoksunluk
- Safrakesesi: Kin
- Pankreas: Rezillik
- Burun, Sinüs: Tehlike
- Akciğer: Ölüm Korkusu
- Böbrek: Hayatta Kalmak
- Böbreküstübezleri: Yön Kaybı
- Saç Erkek: Uygun Eşi Bulamama
- Saç Kadında: Yuva Kuramama
- Testis: Soyun Devamı
- Yumurtalık: Soyun Devamı
- Rahim: Doğurganlık
- Rahmin Serviks Bölümü: Cinsellik
- Meme: Yuva
- Aort: Baba
- Kalbin Atriyumları: 2 Kadın Çatışması
- Kalbin Ventrikülleri: 2 Erkek Çatışması
- Mitral Kapak: Anne-Baba, Anne-Oğul Çatışması
- Kan: Aile
- Beyin: Komuta Merkezi, Baba
- Tiroit: Zaman Çatışmaları
- Kulak Sorunları: Anne Karnındaki Çatışmalar
- Alerji: Ayrılık
- Trombosit: Aile Bağları
- Sivilce: Estetik Kaygı
- Kas: Savunamama
- Dizler: Otorite

- Fibröz: Sürekli Tekrar Eden Çatışma (İçinde Fibro-Fibröz Deyimi Geçen Bütün Hastalıklar İçin Geçerli)

- Arter: Eril Çatışmalar

- Ven: Dişil Çatışmalar

- Ateş Yükselmesi: Sevgi Eksikliği

- Eklem Rahatsızlıkları: Aracılık, Arada Kalma

- Kalça Sorunları: Anne Çatışması

- Cilt: Ayrılık

- İdrar, Dışkı: Alan Belirleme Çatışması

- El: Baba (Sembolik)

- Ayak: Anne (Sembolik)

- Blast: Destek (İçinde Blast Geçen Hastalıklarda Desteksiz Kalma Vardır)

- Sarılık: Öfke

- Kemik: Değersizlik Çatışmaları

- Anemi/Lösemi: Aile İçi Değersizlik Çatışmaları

- Mantar: Yas

- Prostat: Alt Soy ile İlgili Çatışmalar

- Reflü: Kapı, Güzel Sözleri Duyma Yoksunluğu

- Tırnak: Şiddet

Travmamızı Bilmiyorsak Ne Yapmalıyız?

Evet bu kitabın en can alıcı sorusu budur. Her zaman doğru travmayı bulmak mümkün olmadığı gibi, bazen hiçbir şey hatırlayamayabiliriz. Bu durumlar için Brandon Bays'in *Yolculuk* isimli kitabından alıntılanarak sadeleştirilmiş bir bedensel yolculuk çalışması geliştirdik.

Bu çalışmada amaç bilinçaltımızda sıkışıp kalmış çoğu zaman unuttuğumuz, hastalığımızı bire bir ilgilendiren çatışma-

ları ortaya çıkarmaktır. Çıkan çatışmayı döngülerimize oturtup boşaltmamız mümkün hale gelir.

Bedensel yolculuğa başlamadan önce bir hazırlık dönemi vardır; amaç ruh-beden-duygu-ruh dengesini kurmaktır. Çok sinirliyen, gerginken, bir şeylerden ürkmüşken bedensel yolculuk yapamazsınız, yapsanız da doğru sonuç alamazsınız. Bu yüzden öncelikle bu duyguları boşaltma ile ilgili çalışmalardan bahsedeceğim.

İsviçreli Dr. Tall Schaller bize 3 tane duygunun dengemizi bozduğunu öğretmişti.

1- Öfke

2- Korku

3- Gerginlik

Bizler henüz 3-4 yaşlarında birer çocukken sistem tarafından bu duygularımızı bastırmamız ya zorla ya da ödüllere öğretilirdi.

Maalesef biz de bu öğrendiklerimizi çocuklarımıza uyguladık; ağlayan bir çocuğa ceza verdik, gürültü yapmalarını yasakladık, korktuğu zamanlarda küçümsetip belki hafife aldık, gergin hissettiğinde onu zorladık... Kısacası tepki göstermeyi yasakladık çünkü biz de bunun doğru olduğuna inanmıştık.

Ancak doğadaki canlılara baktığınız zaman hiçbir canlının tepkilerini bastırdığını görmezsiniz. Bir kaplan hırlamak istediğinde ebeveyni onu susturmaz, bir köpeğin havlaması, kedinin miyavlaması yasaklanmaz. Hayvanlar bu yüzden insanda görülen hastalıklara sahip değildir. Çünkü onlarda sır yoktur, tepkiyi yutmak yoktur. Bir geyik doğada otlarken bir kaplan saldırısına uğrarsa, hızla kaçır, belli bir süre sonra kurtulmayı başarırsa, bir köşeye çekilip yaklaşık 5 dakika boyunca burnun-

dan ayaklarına kadar titreme geçirir (rezonansını atar), hemen arkasından hiçbir şey olmamış gibi otlamaya devam eder.

Bizler sosyal bir sistemin içinde yaşadığımız için belki de birçok tepkimizi bastırmak zorunda kalabiliriz, ancak bazı yöntemler var ki hem tepkimizi boşaltıp hem de kimseye zarar vermemek mümkündür. Şimdi bu sistemlere öfke duygusu ile başlayalım.

Öfke

Savunma sistemimizin çalıştığını gösteren en önemli duygumuz öfkemizdir. Öfkeyi yok etmek imkânsızdır hatta denememelidir. Bastırmaya çalıştığımız öfke hiç beklemediğimiz bir anda tsunami şeklinde ortaya çıkıp her şeyi yıkıp geçebilir.

Öfkeyi olduğu gibi dışarı bırakmak da sosyal anlamda çok yıkıcı olabilir. Eşimizi, arkadaşlarımızı, çocuklarımızı, sevdiklerimizi kaybetmek, onların kalbini kırmak gibi bir riski vardır.

O halde ne yapmalı?

Tall Schaller doğayı incelediği zaman bir kaplanın avını kaçırdıktan sonra öfkesini nasıl boşalttığına bakmış. Kaplan önce huzursuz bir şekilde bir ağacın yanına yaklaşmış, pençelerini ağacın gövdesine geçirip, hırıldayarak pençelerini aşağı doğru çekerek bir süre bu durumu tekrar etmiş. "Kaplan Pençesi" yöntemini bu görüntü üzerine kurmuş olan doktor, bunu insanlara şu şekilde uyarlamıştır:

"Çok sinirli bir anınızda karanlık bir odaya geçin, sinirlendiğiniz kişiyi veya olayı gözünüzün önüne getirin, ellerinizi bir kaplan pençesi şeklinde çıkarın, aşağıya doğru sırayla hırıldayarak pençenizi indirir gibi elinizi indirin, bu sırada ilgili kişiye küfür edin, hakaret edin, söylemek isteyip söyleyemediklerinizi bağırlarak söyleyin, aynı zamanda hırlamaya devam edin."



Bu çalışmayı 5 dakika boyunca yaptıktan sonra sırtınızda bir karıncalanma hissedebilirsiniz. Bu bölgedeki yükünüzün hafiflediğini hissedene kadar yapabilirsiniz.

Her öfke anında uygun bir yere geçin ve yapın. Hayatınızdaki ilişkilerin değiştiğini göreceksiniz.

Eğer öfkenizi içinize atarsanız ilk etkilenecek organlarınız karaciğer ve safrakesesi olacaktır. Buna meydan vermemek için hiçbir zararı olmayan bu masum çalışmanın hayat kurtarıcı olduğunu söyleyebilirim.

Korku

Öfkeden sonra hayatımızı en çok altüst eden ikinci duygu korkudur. Korkularımız yüzünden hayatımızda bir sürü fırsatı kaçıırız. Girişimlerimizi erteleriz, yapabileceklerimizi yapamaz hale geliriz, performansımızı gösteremeyiz. Hepsi bir yana

korkularımızı içimize gömerek bir sürü hastalığın tohumunu ektiğimizi bilmeliyiz. Korkular da öfke gibi savunma sistemimizin bir parçasıdır; korkuyu yok edemeyiz, bastırırsak hasta oluruz. Tıpkı yakalanmaktan son anda kurtulan bir geyiğin tepeden tırnağa titreyerek korku rezonansını atması gibi, bizim de rezonansımızı atmamız gerekir.

Toplum içinde özellikle erkeklerin korkması çok ayıplanan bir durum olduğu için, akciğer rahatsızlıklarının daha çok erkeklerde görülmesi bir tesadüf değildir.

Erkekler korktuğunu göstermekten kaçarlar, bu yüzden korkuyu ilgilendiren hastalıklara davetiye çıkarırlar.

Tal Schaller bize bu konuda tıpkı bir geyik gibi titremeyi öğretmiştir:

Korku egzersizi yaparken, rezonansı dilden boşaltırız. Dilimizi dışarı çıkarıp tıpkı bir geyik gibi ses çıkararak, ellerimizi de titreterek rezonans atarız. Burada en önemli konu, avuçlarımızı açarak titretip, dilimizi dışarı çıkararak ses çıkarmaktır. Amaç içimizde sıkışıp kalan korkuyu dışarıya salmaktır.



Gerginlik

Ruh, beden, duygu, zihin dengemizi bozan üçüncü duygu-muz da gerginliktir. Gerginlik yüzünden dişlerimizi sıkarız, bağırsak sorunları yaşarız, bel-boyun fıtıklarına maruz kalırız. Bu duygu da öfke ve korku kadar bağışıklık sistemini korumak için vardır. Ancak bunun bedenimize hapsolması özellikle hareket sistemimizi olumsuz etkiler. Sadece gerginlik çalışması yaparak kas gevşetici ilaçların verdiği faydanın çok daha fazlasını alabilirsiniz. Ben diş sıkma rahatsızlığı olan hastalarımın bu çalışmayı 3 hafta boyunca yaptırıyorum. Ana çatışmanın yanında yardımcı çalışma olarak çok işe yaradığını söyleyebilirim. Özellikle kaslarla ilgili bir sıkıntınız varsa muhteşem bir kas gevşetici çalışmadır.

Tal Schaller'in egzersizine bakalım.

Kendimizi çok gergin hissettiğimiz bir anda yine karanlık ve sessiz bir odaya girip, eğilerek, bir ayı gibi kollarımızı serbest bırakıp oynatarak, boğazımızdan kükreyerek içimizdeki gerginlik rezonansını boşaltabiliriz. Eğilerek yaptığımız zaman bacaklarımıza kadar bütün gerginliği boşaltırız. Boğazımızdan çıkardığımız kükreme sesi, sıkışıp kalan bütün gerginlikleri dışarı atmamızı sağlar. Bunu 5 dakika boyunca yaptığımızda vücudumuzda sıkışmış bütün gerginliği boşaltırız.



Bu üç çalışmayı sabahları kalktığınızda beşer dakika yaparsanız, hiçbir ek çalışma yapmadan bile 1 ay içinde hayatınızda bedensel anlamda pozitif değişiklikler olur. Bunları yaptıktan sonra artık bedensel yolculuğa hazır hale geliriz.

Bedensel Yolculuk

Bu çalışmaları yapan danışanımız artık bedensel yolculuğa hazır hale gelmiştir. Danışanı rahat bir koltuğa oturturuz ve 10 defa derin nefes alıp vermesini isteriz. Organlarına teker teker gülümseyip onlara teşekkür etmesini söyleriz.

Hangi hastalık ile ilgili çalışıyorsak, evrenden bembeyaz bir ışık huzmesinin başına doğru girdiğini hayal etmesini ve bu ışık huzmesinin hastalığı ile ilgili (kilo için çalışıyorsak kilo alma ile ilgili) bütün çatışma bilgilerini aktardığını söyleriz. Burası önemlidir çünkü bu ışık huzmesi yolculuğu boyunca danışana eşlik edecektir.



Rehberlerinden yardım istemesini, rehberlerin onu geri çevirmeyeceğini söyleriz.

Bu arada şamanların kullandığı davul sesini Youtube'dan dinletmenin çok faydası olur. Çünkü bu davul sesi bizi anne karnına götürür, bedensel yolculuk da bir nevi anne karnına doğru bir yolculuktur.

Daha sonra danışana önünde aşağı doğru inen 10 basamaklı bir merdiven hayal ettirilir ve her basamakta derin nefes alarak aşağı doğru inmesi, en alt basamağa gelince bize haber vermesi istenir. Başındaki ışık huzmesinin onunla beraber hareket ettiği ve bu sayede hastalığı ile ilgili bütün çatışmaların bu ışık huzmesiyle aktarıldığı hatırlatılır.

En alt basamağa geldiğini bize söyleyince yerde sihirli bir fener olduğu söylenir ve bu feneri bir kez açıp kapayarak cebine koyması istenir.

En alt basamaktayken karşısında bir kapı hayal ettirilir ve bu kapının arkasında varlığının saf ışığının bulunduğu söylenir. Kapıyı yavaşça açıp o ışığın içine girmesi istenir, tabii ki ışık huzmesinin onunla beraber geldiği tekrar hatırlatılır.

Kapıyı açınca hemen solda onu ruh rehberinin beklediği ve ona gülümseyerek baktığı hayal ettirilir, bize rehberini tarif etmesi istenir.

Rehberinin birinci derece yakınlarından biri olduğunu söyleyen danışana, ona çok benzediğini ama o olmadığını söyleriz. Örneğin abisini rehber olarak gören kişinin abisiyle bir çatışması varsa bunu çözmek zorlaşacağı için, abisine çok benzediğini ama abisi olmadığını söyleriz.

Rehberinin hemen arkasında 2 kişilik bir uzay mekiği hayal ettiririz ve rehberin onu uzay mekiğine davet ettiğini, onunla birlikte o araca binmesi gerektiğini söyleriz. Uzay mekiğinin sembolik karşılığı annemizin rahmidir.

Rehberine güvenebileceğini, bu hayatta en çok güveneceği varlığın o olduğunu, tek amacının onu mutlu etmek olduğunu söyleriz ve uzay mekiğine biner.

Uzay mekiğine bindiğinde başındaki bembeyaz ışık huzmesinin onunla birlikte geldiğini tekrar hatırlatırız. Uzay mekiğinde yeşil bir düğme olduğunu, bu düğmeye basınca uzay mekiğinin bir miktar havalanıp hızla derinlere doğru gideceği, nereye gideceğini çok iyi bildiği, korkmaması gerektiğini söyleriz. Rehberin onu her türlü tehlikeden koruyacağını, mükemmel bir yolculuğun başlayacağını söyler ve düğmeye basmasını isteriz.

Uzay mekiği bir miktar yükselip hızla derinlere doğru inmeye başlar, danışana bir süre sonra yavaşlayacağı söylenir. Yavaşlamaya başlayınca bize haber vermesini isteriz.

Yavaşladığını söylediğinde, uzay mekiği yere konunca el frenini çekip bize haber vermesini isteriz, bu sırada ışık huzmesinin evrenden bilgileri aktarmaya devam ettiğini hatırlatırız. El frenini çektikten sonra, rehberinin kapıyı açıp aşağı indiğini, bir süre yürüyüp muhteşem bir kamp ateşi yaktığını hayal ettiririz. Kendisinin de ateş yandıktan sonra ateşin yanına gitmesini, rehberiyle birlikte ateşin başında oturmasını söyleriz.

Ateş başında otururken karşısında bembeyaz bir sinema perdesi oluştuğunu söyleriz, cebindeki bu feneri sahneye doğru tutup açmasını isteriz.

Sahne genelinde en büyük çatışmaların anısı canlanacaktır. Sahnedeki her ayrıntıyı sorarız, görüntü alamazsa, rehberinden yardım istemesini, başındaki ışık huzmesinden gelen bilgilerin fener aracılığıyla sahneye aktarıldığını söyleriz.

Sarı nokta hastalığı olan bir danışanımız sahnede 7 yaşındayken dedesinin bahçede kalp krizi geçirip öldüğü sahneyi görmüştü. 5 seans boyunca bize bu anısını anlatmamıştı; kendisi de hatırlamıyordu.

Bu danışan üzerinden çalışmayı açıklamaya devam edeyim:

Danışana Fatma Hanım diyelim, Fatma Hanım'a sahneden 7 yaşındaki Fatma'yı çağırmasını istedik. Dedesini de oradan çağırıp, 7 yaşındaki Fatma dedesine ne söylemek ister diye sorduk. Dedesini babası yerine koyduğu için büyük bir ağlama krizi başladı, öncelikle bir oto telkin yaptırıp sırtındaki simsiyah çuvalın içindeki, yetimlik, ayrılık, özlem, yalnızlık duygularını ateşe atıp yok etmesini istedik. Yas sonlandırma ritüelini uygulayarak, dedesini ışığa göndermesini, onu toprağa vermesini istedik. "Ben de bir gün ışığa kavuşunca tekrar bir araya gelene kadar elveda" dedirterek dedesiyle yasını sonlandırdık. Şimdiki Fatma Hanım 7 yaşındaki Fatma'yı tebrik edip sarılıp uğurlasın istedik. Daha sonra rehberiyle birlikte ayağa kalkıp ateşi söndürmesini ve uzay mekiğine binip dönüş yolculuğuna başlamasını istedik.

Fibromiyalji sorunu olan başka bir danışanımız babasından şiddet görmüştü, bu örnek için de Gülay Hanım diyelim. Gülay Hanım sahnede 9 yaşındaki halini gördü, babası onu odaya kilitleyip kemerle dövmüştü. Biz seans yaparken aklına hiçbir şekilde bu olay gelmemişti ve şimdi beyni bu çatışmayı sahnede ona gösteriyordu. Şu anki Gülay Hanım'dan sahnedeki 9 yaşındaki Gülay'ı çağırmasını istedik. Daha sonra babasının o yaştaki görüntüsünü de çağırmasını istedik. İlk başta babasını çağırmak istemese de, rehberinin onu koruyacağını hatırlatarak korkmaması gerektiğini telkin ettik. Babasını çağırdıktan sonra 9 yaşındaki Gülay'ın babasına ne söylemek isteyeceğini sorduk. Şu anki Gülay Hanım'ın duyguları ile çözüme ulaşamayacağımız için 9 yaşındaki Gülay'ın duygularını boşaltmasını sağladık. Gülay Hanım babasını affetmeyi seçti, kamp ateşini anlatırken verdiğimiz örnekteki gibi, bu seçimi kendisine bıraktık, oto telkin yaptırıp sırtındaki simsiyah çuvalı ateşe attık.

Gülay Hanım babasını affetmeseydi ne yapmamız gerekiyordu?

Öncelikle sırtındaki o simsiyah çuvalı boşalttıktan sonra ona sorduğumuzda affetmek istemediğini söyleseydi şu telkini yaptıracaktık:

“..... yılı ayında anladım ki ben yıllarca senin bana gösterdiğin şiddet yüzünden sırtımda bir yük taşımışım. Sırf iyileşmek için, kendimi özgürleştirmek için az önce sırtımdaki o simsiyah çuvalın içindeki bütün olumsuz duyguları ateşe atıp yok ettim. Bunu kendimi özgürleştirmek için yapsam da, seni affetmedim. Bu yaptığın işkencenin cezasını ilahi adalet verecektir, seni şu an affedemiyorum ve seni evrenin ilahi adalet düzenine teslim ediyorum. Benim hayatımdan uzaklaştırıyorum.”

Bu telkini yaptıktan sonra babasını sahneye geri göndermesini isteyecektik.

Babasını affeden Gülay Hanım’a geri dönelim. Şimdiki Gülay Hanım’ın 9 yaşındaki Gülay Hanım’a sarılıp onu tebrik etmesini istedik ve şunları söyledik: “Bizi büyük bir yükten kurtardın, sırtımızda taşıdığımız simsiyah çuvalı yok ettin, sana çok teşekkür ediyorum, artık her şey çok daha güzel olacak.”

9 yaşındaki halini öpücüklerle sahneye yollamasını söyledik.

Bu sahnelerden sonra danışan ayağa kaldırılır, ateşteki kül-leri kontrol edip rehberiyle birlikte ateşi söndürmesi istenir.

Kamp ateşi yönteminde ateşi söndürdükten sonra yaptığımız gibi omurgadaki ruh ve enerji kalıntılarından kurtulmak gerekir, buradaki fark, rehberden yardım istenir. Danışana şu durum hayal ettirilir:

Rehber bu akışı hızlandırmak için danışanın sırt kısmından bir elini enseye, bir elini kuyruksokumuna koyar; omurga boyunca negatif enerjinin hissedilmesini sağlar.

Bu görüntüyü hayal ettirdikten sonra sırtındaki negatif enerjiyi boşaltmak için “Sırtımda (soğuk, sıcak, ürperme vs.) olarak hissettiğim ruh kalıntılarını ve negatif enerjiyi kollarımdan, sırtımdan, bacaklarımdan, dizlerimden, ayaklarımdan toprağa akıp gitmesi için tamamen serbest bırakıyorum.”

Ellerde ve ayaklarda uyuşma, üşüme, kamaşma hissedene kadar bu telkine devam edilir, akışa izin verilir.

Uzay mekiğine doğru rehberiyle birlikte yürümesi, araca binmesi istenir. Tekrar önündeki yeşil ışığa basarak uzay mekiğinin onları getirdiği yere geri götürmesi istenir.

Fatma Hanım örneğinden devam edelim. Kapının önüne tekrar dönünce uzay mekiğinden inmesini, rehberiyle vedalaşmasını, ona teşekkür etmesini istedik. Rehberin de ona “Ne zaman istersen ben buradayım, senin mutluluğun için her zaman yardıma hazırım” şeklinde cevap verdiğini söyledik, çıktığı kapıdan tekrar girmesini istedik. Basamaklardan tekrar çıkmasını, 10. basamağa geldiğinde beklemesini istedik. 10. basamakta iken 6 ay sonraki halinin gelerek ona teşekkür ettiğini, artık çok hafıflediğini, sırtındaki yükten kurtulduğunu, bunun için gelecekte de çok hafıflediğini söylediğini hayal ettirdik.

Gelecekteki haliyle vedalaştırıp oturduğu koltuğa geri dönmelerini ve gözünü açmasını söyledik. Ve ona “Hoş geldin” dedik.

Burada 7 yaşındaki çatışmayı bulmak tabii ki yeterli değildi, bu yüzden döngülerdeki benzer senaryoları birleştirmek için bağımsızlık döngüsünden yola çıktık.

Fatma Hanım'ın 20 yaşında evlendiğini biliyorduk, 7, 27, 47 yaşındaki senaryoların hepsinde kayıp olduğunu fark ettik. 27 yaşında kardeşini, 47 yaşında eşini kaybetmiş, 48 yaşında sarı nokta hastalığı başlamıştı. Annesi de hamileliğinin 7. ayında kardeşini kaybetmişti, hemen oto telkin yaptırıldı.

“..... yılı ayında anladım ki annemin 7 aylık hamileyken kardeşini kaybetmesiyle başlayan ana çatışmam, 7 yaşında dedemi kaybetmemle, 27 yaşında kardeşimi kaybetmemle tetiklenmiş, 47 yaşında eşimi kaybetmemle bardağı taşıran son damla, bedenimde hastalık olarak ortaya çıkmış. Ruhumun bedenime gönderdiği bu mesajı aldım, bu döngülerin bir kader olmadığını biliyorum, bu mesajı devre dışı bırakıyorum. Kendimi bu mesajdan tamamen özgürleştiriyorum.”

Bu çalışmadan sonra diğer döngülere de (annesinin hamileliğinin 7. ayı, 27 yaş, 47 yaş) kamp ateşi çalışması yaptıktan 1 hafta sonra teşhisi kalktı. Zaten seanslarda sadece 7 yaşı bulamıyorduk, bedensel yolculuk bunu bulmamızı sağlamıştı.

Aynı şekilde Gülay Hanım'ın fibromiyalji döngülerdeki karşılığına baktığımızda, yaşam döngüsü ile yol aldık; 18 yaşında ilk erkek arkadaşı da ona fiziksel şiddet uygulamıştı, proje amaç döneminde annesinin ona hamile kalmadan 1 ay önce, babası tarafından dayak yediği ana çatışmasını bulmuştuk. Bu döngülerin oto telkinini yaptıktan sonra kamp ateşini her bir olay için ayrı ayrı yaparak boşalttık. 1 ay sonra fibromiyalji tamamen iyileşti.

Burada dikkat etmemiz gereken bir durum var; eğer taciz veya yas programı ile ilgili bir kamp ateşi çalışması yapıyorsak, bunları tek başına çalışmalıyız. Aynı gün başka bir çalışma yapmamalıyız. Hatta bunları 2-3 gün arayla tekrar tekrar yapmalıyız çünkü bilinçaltını en çok yaralayan olaylar yas ve tacizdir. Tamamen boşaltmadan başka bir çatışmaya çalışmamak gerekir.

Bedensel yolculukta bulduğumuz konuyu mutlaka döngülere oturtarak çalışmamız gerekir. Tek başına bir travmaya çalışırsanız hastalık tekrar tetiklenir ve başa döner.

Burada verilen bilgiler genelleme niteliğindedir ancak unutmamalıyız ki her bilinçaltı olayları farklı şekilde algılar.

Örneğin bir trafik kazasında bir danışan ölüm korkusu yaşıyorken, bir başka danışan çocuklarının yetim kalacağı korkusunu, bir başkası sakat kalma, estetik olarak zarar görme çatışmasını yaşayabilir. Bu yüzden hastalıklara bakarken altın anahtarımız bardağı taşıran son damlanın ne olduğudur.

Bazen buradaki bilgilerden farklı konular da çıksa, biz en son yaşanan çatışmanın senaryoyu belirleyeceğini bilirsek, doğru hedefe ateş edebiliriz.

Doğum Ritüeli

Bütün bu çalışmalardan sonra doğum ritüeli yapmanın çok faydasını görebilirsiniz. Bu ritüeli yapmak için hasta olmanız gerekmiyor, hepimizin bu ritüeli yapması doğum anında bize art olmayan kodlardan temizlenmemizi sağlar.

Amaç bize yüklenen genetik kaderi ve döngüyü değiştirip, kendi seçtiğimiz döngüyü yaşamaktır.

Şamanların bize öğrettiği bu ritüeli yaparken bir şaman davulu, kam davulu sesi ile çalışmanın çok daha etkili olacağını söyleyebilirim.

Doğum ritüelini yapmadan önce enerji bedenimizin farkına varma çalışması yapmamız gerekir. Buna şamanlar "Vira Koça" ismini vermiştir. Burası bizim yüzyıllardır yaşayan enerji bedenimizdir, bazı araştırmacılar buraya 8. çakra ismini vermişlerdir.

Başımızın üstünde dönen bir güneş topu olarak bulunan bu çakramızın farkına varmak bizi aydınlatacaktır.



Enerji bedenimizde deneyimlediğimiz bütün yaşamların izleri bulunmaktadır, bu anlamda bu kodları temizleyip yerine yeni kodlarımızı yerleştirmek mümkündür. Doğum ritüeli öncesinde bu alanı açarak genlerimize işleyen, bize ait olmayan bütün kodların temizleneceği alanı açmış oluruz.

Vira Koça Alanını Açmak

Antonia Viloldo'nun derslerinden alıntıladığım Vira Koça alanını açma ritüelini şu şekilde yapıyoruz:

- İki defa derin nefes alın ve ellerinizi kalbinizin önünde birleştirin.



1- Ellerinizi yavaş yavaş yukarıya doğru kaldırıp başınızın üzerindeki 8. çakra bölgesinin içine getirin.



2- Ellerinizi sağa ve sola doğru genişleterek sanki şeffaf altın bir yumurta içindeymişsiniz gibi yumurta sınırlarını hayali olarak elinizle oluşturun.



3- Ellerinizi göbeğinizde toplayın ve kendinizi altın rengi şeffaf bir yumurtanın içinde hayal edin.

Bu hazırlıktan sonra artık doğum ritüeline başlayabiliriz.

- 10 kere derin nefes alıp kendinizi bir zaman tüneline hayal edin. İsteddiğiniz bir zamanda bu tünelin içinde geri ve

ileri gitme çalışması yapın. Örneğin 6 yaştaki bir anınıza gidip, 17 yaşa dönerek, 8 yaşa geri gidin. Zihninizi kurcalayan günlük olayların bulutlara doğru karıştığını hayal edin.

- Zaman tüneli içinde çocukluğunuza doğru yolculuğa başlayın, kendinizi annenizin kucağında hayal edin.

- Daha sonra kendinizi annenizin rahminde hayal edin, daha da geriye giderek annenizin yumurtasının içinde olduğunuzu ve etrafınızda spermilerin olduğunu hayal edin.

- O yumurtanın içini saflık, zarafet, güzellik ile doldurun, evren zaten bu duygularla sizi dünyaya gönderdi.

- Kendinizi altın bir yumurtanın içinde hayal edin, o yumurtanın içini ışık ve huzurla doldurun.

- Bu parlak ve ışıltılı altın yumurtanın etrafına spermilerin yapıştığını, yumurtanın en iyi spermi seçerek döllenmeye izin verdiğini hayal edin.

- Şu an kendi tarihiniz başlıyor.

- Sperm ve yumurtanın çekirdeklerinin çözüldüğünü ve anne ile babanızın DNA'larının kaynaştığını görün.

- Oluşan bu kaynaşma sonrası yumurtanın iki hücreye bölündüğünü, bu hücrelerin tekrar tekrar bölünerek hızla çok fazla sayıya ulaştığını görün.

- Tam bu bölünmeler sırasında annenizin ve babanızın en güzel özelliklerini düşünün. Oluşan bu yeni hücreleri uzun ömür, neşe, sağlık, bilgelik, sakinlik ve huzur ışığıyla doldurun.

- Başlangıç gerçeğiniz ne olursa olsun, bu doğumu yeniden şekillendiriyorsunuz. Hücreler oluşurken anne ve babanızı affediyorsunuz, onları masum ve kutsal varlıklar olarak görüyorsunuz. Onlara gülümseyerek sevginizle yıkıyorsunuz. Hücrelerin her birini ışıkla yıkayıp sevgi, anlayış ve huzurla dolduruyorsunuz.

- Yeni oluşturduğunuz güçlü kalp, berrak zihin, neşe ve mutluluk dolu bu varlığı zaman tünelinin içinden geçirerek bugüne doğru getiriyorsunuz.

Vira Koça Alanını Kapatmak

Çalışma bittikten sonra alanımızın kapatılması gerekir, çünkü negatif enerjilere açık hale gelebiliriz. Bunun için aşamaları sondan başa doğru uygulayarak Vira Koça alanımızı kapatırız:

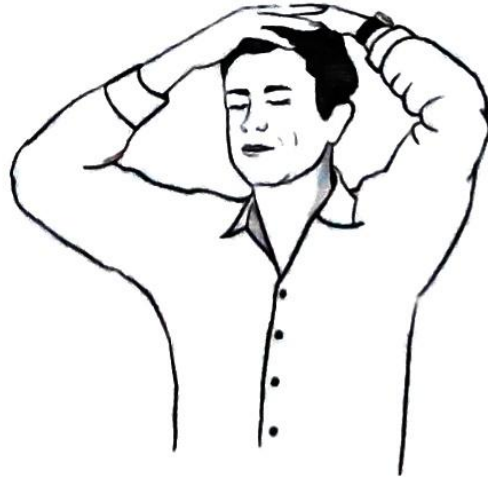
1- Açtığımız alanı, tıpkı bir çadırı toplar gibi aşağıdan yukarıya doğru iki elimizle başımızın üzerine doğru getiririz.



2- Sanki altın ve şeffaf bir çadırı toplar gibi, topladığımız enerjiyi başımızın üzerinde altın top haline getiriyoruz.



3- O altın topu başımızdan vücudumuza doğru geçiriyoruz.



Bu şekilde enerji alanımızı güvenli kapatmış oluyoruz.

İyileşme Dönemi

Burada tekrar hatırlatmakta fayda görüyorum; hastalığın farkına varmak iyileşmenin ilk adımıdır, daha sonra oto telkinle ve kamp ateşi ile duygusal ve zihinsel boşaltım yapıldıktan sonra, atık negatif enerjiyi omurgadan boşaltıyoruz ki bu son adım en önemli aşamadır. Bu aşamalardan bir tanesi eksik yapılırsa beden dalgalanma yaşayabilir. Bu dalgalanmalar sırasında hastalık hafif hafif tetiklenebilir ama kalıcı değildir, panik yapılacak bir durum oluşmaz. Her aşamayı eksiksiz yapsanız bile çalışmalarını yaptıktan sonra bazı hastalıklar hızla toparlanma eğilimine girerken, bazen 2-3 haftalık dalgalanmalar görülebilir. Buna iyileşme dönemi denilmektedir. Hastalık 5 yıldan fazla sürmüştse, beden bir anda toparlayamayabilir ancak dediğim gibi panik yapılacak bir durum değildir, geçicidir.

Kitabın başında hatırlarsanız bazı hastalıkların aktif fazda, bazı hastalıkların tamir fazında ortaya çıktığından bahsetmiştim.

Aktif fazda hücre artışı ile başlayan hastalıklar tamir fazında hücre azaltacağı gibi, aktif fazda hücre azaltmayla başlayan hastalıklar da tamir fazında hücre artışına geçecektir. Burada hastalığın süresi çok uzamış ve hastalık çok ilerlemişse, iyileşme dönemi biraz ağır geçebilir. Ateşlenme, uyku bozukluğu, huzursuzluk, halsizlik, sindirim bozukluğu gibi belirtiler ortaya çıkabilir, bu durum 2-3 hafta devam edebilir. Danışanların bu durumlarda tıbbi kontrol altında tutulmalarını tavsiye ediyoruz. Bu belirtiler sizi umutsuzluğa sürüklemesin, aksine ben bu belirtilerin iyileşmeye giden yol olduğunu defalarca gördüm. Beyin tamire değil iyileşmeye girdiği zaman çoğu zaman ilgili organa ödem gönderir, ağrılar kısa bir süre artabilir, vücut dengeye gelmeden önce son ataklarını yapabilir.

Benim çalışmalarında sağ yanağında hemangiomu olan bebek danışanım 1 ay boyunca ateşlenmişti, üstelik sol yanağında da hemangiom başlamıştı. Açıkçası tecrübesiz olduğum için panik olmuştum ama birdenbire 1 haftada hemangiom dağıldıktan sonra sistemin çalışma şeklini tam olarak anlamıştım.

Böyle durumlar başınıza geldiğinde taşların yerinden oynadığını bilmenizde fayda var. Çok ilerlemiş hastalıklarda tıbbi destek olmadan asla çalışmayın, böyle durumlarda iyileşme fazı ağır geçebilir.

Bu kitaptaki uygulamalar tek başına yapılmamalı, tıbbi prosedür bırakılmadan, beraber çalışma yapılmalıdır.

Sık Sorulan Sorular

- Döngüleri hesaplarken eksik kalan bir veya birkaç yaş döngüsü olursa, çalışma başarısız mı olur?

Döngüleri yakalamak ve bunları boşaltmak hastalığı tamamen temizleyebilir. Ancak bazen bütün çatışmaları bulamasanız bile bulduğunuz çatışmayı sırasıyla oto telkin, kamp ateşi ve enerji boşaltımı yaparak çözmeniz bile ciddi anlamda bir iyileşme sağlayabilir. Tek çalışmasını bulup çözen onlarca vaka vardır, buradaki tek sıkıntı, ana çatışma çözülmemişse hastalığın tekrar tetiklenebileceği ihtimalidir. Konuyla ilgili bulduğunuz çatışmayı mutlaka boşaltın, bu bile tek başına yaşam kalitenizi artıracaktır. Bulamadığınız çatışmalar için bedensel yolculuğu defalarca deneyebilirsiniz.

- Bütün travmaları topyekûn temizlemek için bir yöntem var mı?

Maalesef böyle bir yöntem bulunmamaktadır. Bilinçaltı rezonansları yakaladığınız anda temizliğe başlar. Yani gerçek bir

olayı ayrıntısıyla anlattığınızda bilinçaltınızla iletişim başlar. Bilinçaltını kandırmak, yanıltmak, oyalamak mümkün değildir. Olumlu telkinlerin psikolojik anlamda tabii ki faydası vardır ancak hastalıkların çatışmasını ortaya çıkarmak için olumlu telkinler işe yaramaz. Bilinçaltımız sıkışıp kalmış çatışmaları dile döktüğümüz zaman ve duygusal çatışmayı boşalttığımız zaman iyileşmeye hazır hale gelir. Genelleme yaptığımız “Her şey çok güzel olacak, kendimi yaşamış bütün travmalardan özgürleştiriyorum, hayatımdaki negatif duygulardan özgürleşiyorum” tarzı telkinler sizi psikolojik olarak iyi hissettirebilir, ancak hastalık çatışmasını ortaya çıkaramayacağı için, çözüm getirmez.

- Yıllar önce kürtaj oldum ve hiçbir olumsuz duygu hissetmiyorum. Yine de kürtaj yas sonlandırma yapmalı mıyım?

Evet, kürtaj yas sonlandırma mutlaka yapılmalıdır. Biz bilinç düzeyinde her ne kadar travma yaşamadığımızı hissetsek de, kürtaj sonrası bilinçaltımızda çok şiddetli bir suçluluk ve yas programı çalışır. Bilinçaltı, yavrunuzun hayatına son vermenizi doğal karşılamaz ve bu durumla ilgili kendince önlemler alır. Bu önlemler çoğu zaman kilo, anksiyete, sindirim sorunları gibi sıkıntılarla bedene yansır.

Ayrıca enerji boyutunda omurganıza giden bebeğin ruh parçaları yapışır kalır. Bu ruh parçalarının gitmesine izin verdiğinizde hem ölen yavrunun hem sizin ruhunuz özgürleşir. Yıllarca omurganızda taşıdığınız bu yükten arınırsınız.

- Yas sonlandırmayı tek sefer yapmak yeterli midir?

Çoğu zaman tek seferde yas sonlandırmayı tamamlamak mümkün olmaz. 2-3 gün arayla tekrar yapmak gerekebilir; ta ki çalışmada canınızın yanmadığını, giden kişinin acısını hissetmediğinizi deneyimleyene kadar buna devam edebilirsiniz. Bu

çalışmayı yaptığınız gün başka bir travmaya çalışmayın çünkü yas sonlandırma ağır bir çalışmadır. Bu çalışmayı 5-6 defa veya daha fazla yapabilirsiniz, yeter ki 2-3 gün arayla yapın ve canınızın yanmadığı bir ruh haline gelin.

- Bedensel yolculuğu kendime uygulayabilir miyim?

Bedensel yolculuğu yeni öğrenen birinin bu çalışmayı kendisine uygulaması çok kolay olmaz, ayrıca çalışmayı yönetmek mümkün değildir. Bazı danışanlarımız bunu başardığını söylese de, ben yeni başlayanlara bedensel yolculuğu başkasına yaptırmalarını öneriyorum. Bedensel yolculukta karşınıza şok geçirdiğiniz bir olayın kahramanı çıktığında veya çok beklemediğiniz bir dram görürseniz kontrolü kaybedip başarısız bir çalışma yapabilirsiniz. Bu bilgilere sahip başka birinin size bedensel yolculuk çalışması yapması çok daha konforlu olacaktır.

- Bedensel yolculukta sahnede hiçbir şey göremiyorsam ne yapmalıyım?

Bedensel yolculuğu ilk defa deneyimleyen danışanlar bazen sahnede görüntü alamaz. Bu durumlarda danışanın zihnini oyalayacak sorular sorarız:

“Görebilseydin sahnede şu an ne görürdün?”

“Bulunduğun ortamda ne hissediyorsun kaç yaşında hissediyorsun?”

“Üzerindeki elbiseyi tarif et, ortamı tarif et.”

“Rehberinden yardım iste, sana görüntüleri görmen için yardım edecek.”

Bu şekilde zihin gözünü açmaya yarayan sorularla yardımcı olmaya çalışırız. Bazı danışanlar görmese de hisseder, böyle durumlarda sahneyi bir tarafa bırakıp hissettiklerini anlattırırız ve çalışmaya hissettikleri üzerinden devam ederiz. İlk çalışmada

görüntü alamazsanız asla ümitsizliğe düşmeyin, bu çok normal bir durumdur. Pratik yaptıkça görüntüler gelmeye başlayacaktır. Antidepresan veya ağır psikiyatrik ilaçlar alan danışanlarda bedensel yolculuk maalesef başarılı olamamaktadır.

- Bedensel yolculukta danışan sahnede gördüğü kişiyi çağırmak istemezse, korkarsa ve yüzleşmek istemezse ne yapmalıyım?

Eğer danışanın sahnede gördüğü kişi veya olayla ilgili bir korkusu varsa rehberden yardım istemeliyiz. Rehberin çok güçlü olduğunu, bütün tehlikelerden onu koruyacağını söyleyerek, sahnedeki kişiyi danışanın yanına değil de rehberin yanına oturtmasını söyleyebiliriz. Her şeyin rehberinin kontrolü altında olduğunu, herhangi bir tehlikeye rehberin izin vermeyeceğini telkin ederiz.

- Çalışma eksik veya yanlış yapılırsa bir zarar görür müyüm?

Çalışmayı yanlış duygulara çalışarak yaparsanız, yanlış hedefe ateş etmiş olursunuz, dolayısıyla faydası da zararı da olmaz. Ama bir çalışmayı tamamlamadan yarım bırakırsanız, örneğin bir yas sonlandırmayı duygu tamamen boşalmadan yarıda keserseniz bir süre bedende rahatsızlık olabilir. Tetiklenme yüzünden hüznü bir ruh halini 2-3 hafta kadar deneyimleyebilirsiniz ama kalıcı bir hasar bırakmazsınız. Bu yüzden ağır travmaları çalışırken duygunun tamamen boşalması, başka bir çalışmaya başlamadan önce bu travmanın etkisinin sıfırlanması gerekir.

- Çocuklara gece uykuda çalışma yapılırken aynı anda birkaç çatışma anlatılabilir mi, çok ağır travmaların çocuğa anlatılması sakıncalı mıdır?

Eğer anlattığınız konu çok ağır bir yas veya taciz, ensest konuları ile ilgili ise bu başlıkların her birinin size yarattığı travmayı birer birer anlatın. Her bir başlığı 2-3 gece anlatacak şekilde 1 haftaya paylaştırabilirsiniz.

Bazen öyle şeyler yaşarız ki bunu çocuğa anlatmanın bir yolu yoktur (ensest, taciz, tecavüz), en azından bunun getirdiği yükü çocuğun üstünden atmak için uygun kelimeler seçmek gerekse de, konunun üzerini örtmeden anlatmak gerekir. Çünkü bilinçaltı gerçeğin karşısında rezonansını boşaltmaya başlar. Sizin çektiğiniz acının çocuğa ait olmadığını anlatabilmeniz için önce o ateşin içinden geçerek, üstünü örtmeden olayı anlatmanız gerekir.

- Anne kendi çatışmasına çalıştığında bunun çocuğa faydası olur mu?

Mutlaka faydası olur ancak çocuğa da çalışma yapılması nokta vuruşu olabilir. Çocuk annesinin çatışmasını kendi çatışması olarak hissettiği için, anne özgürleşse bile çocukta bu travmanın ateşi yanmaya devam eder. Bu yüzden proje amaç dönemine ait bir travma varsa bunun çatışmasını hem anneden hem de çocuktan boşaltmak gerekir.

- Madem iyileşme omurgadaki negatif enerjinin boşaltılması ile oluyor, direkt omurgaya çalışarak iyileşemez miyim?

Bütün bu zihinsel ve duygusal çatışmaları bulmaya çalışmamızın sebebi omurgadaki enerji akışını açığa çıkarmaktır. Yani konumuz bir adaletsizlik sonucu oluşmuş bir hastalık ise öncelikle bu durumun döngülerle zihinsel çalışmasını yapıp, duygusal boşaltımla devam etmemizin sebebi, omurgada ilgili enerjiyi açığa çıkartmak ve bunu boşaltmaktır. Bu bağlamda hastalıkla ilgili sırayı takip ederek boşaltmamız gereken enerjiyi açığa

çıkarıyoruz ve boşaltıyoruz. Biz omurgadaki herhangi bir atık enerjiyi değil, hastalığı ilgilendiren atık enerjiyi açığa çıkarmak istediğimiz için, direkt omurgaya çalışmamızın hiçbir faydası olmaz.

- Sırtımda kamaşma, üşüme, ürperme, ısınma duygusu hissetmezsem ne yapmalıyım?

Eğer omurgada bu negatif enerjiyi hissetmiyorsanız panik yapmayın. İlk denemelerde başarısız olunması buraya yeterince odaklanmamakla ilgili olabilir. Doğru zihin ve duygu boşaltımı sonrası mutlaka açığa çıkacaktır, lütfen sebat edin ve sizin enerji alanınızın açığa çıkmasına fırsat tanıyın. Bugüne kadar bunu hissetmeyen kimse olmadı, er veya geç hissedeceğinizden emin olabilirsiniz.

Deneme yapmak için gün içinde omurga ile ilgili telkin verin, bir süre sonra hissetmeye başlayacaksınız:

“Sırtımda (soğuk, sıcak, ürperme vs.) olarak hissettiğim ruh kalıntılarını ve negatif enerjiyi kollarımdan, sırtımdan, bacaklarımdan, dizlerimden, ayaklarımdan toprağa akıp gitmesi için tamamen serbest bırakıyorum.”

Bunu gün içinde yapmaya başladığınızda kısa süre sonra hissetmeye başlayacaksınız, ancak dediğim gibi bu enerjinin ilgili hastalıkla kodlanarak yapılması işe yarayacaktır, herhangi bir hastalık çalışmasından bağımsız bunu yaptığınızda sadece burada biriken negatif enerjinin varlığını hissedersiniz, herhangi bir çözüm olmaz.

4. BÖLÜM

TRAVMA ARAMA İNDEKSİ – DİĞER HASTALIKLAR

Addison Hastalığı:

- “Gelecek ile ilgili büyük bir endişe duyarım, bunun karşısında havlu atarak yenilgiyi kabul ederim.”
- Sürüde yanlış yöne giden koyun gibi, yönünü kaybetme

Örnek:

Eşini kaybeden bir kadın doğum anında babasını kaybetmiştir. Bu iki döngü üst üste geldiğinde yönünü kaybetmiş gibi hissederek hastalığı vücuduna kodlar.

Afazi

- “Kendimi ifade ettiğimde tepki alacağımdan korkarım, aynı ortamı paylaştığım insanlar tarafından yargılanmaktan korkarım.”
- Konuşamama veya kendini ifade edememe
- “Konuşmayı hem istiyorum, hem istemiyorum.”

Örnek:

Otorite karşısında (çoğu zaman baba) tepkilerini bastırmak zorunda kalan çocuğun çatışması

Aft

- Cevap vermek isteyip de ağzı kapalı tutma zorunluluğu
- Yapılan yanlış karşısında susmak zorunda kalmak

Agresif Çocuklar

- Hamilelik döneminde ebeveynlerin bastırılmış öfkesi doğan çocukların agresif olmasına sebep olur.

Agorafobi

- Yerimi alacaklar korkusu
- Yargılanma korkusu

Örnek:

Hamile kalamadığı için eşi tarafından terk edileceğinden korkan, yerini bir başka bırakma endişesi yaşayan kadının hamile kaldığında çocuğuna aktardığı kod

Agüzi

- Anosmiye benzer.
- İstemediği bir şeyin tadına bakmak zorunda kalmak

Örnek:

Zorla oral sekse zorlanan kadının bilinçaltı çözümü olarak ortaya çıkabilir.

Ağız Kokusu

- Eski düşüncelere saplanıp kalma, yeni düşüncelere yer vermeme
- Yenilikten korkma
- "Sözlerim ailem ve etrafım tarafından önemsenmiyor."
- Kendini ifade edememe, bu konuda özgüvensizlik

Ağız-Lökoplaki

- Başkalarının ağızında gevelediklerini bilmek isteme
- Gerçeği söylemek için yaşanan çatışma

Örnek:

Sınıfa yeni katılan çocuğun arkasından konuşulanlar ve çocuğun bunları bilmek istemesi, cevap verme ile ilgili yaşadığı çatışma

Ağız Ülseri

- "Yanıt vermek istiyorum ama ağızımı kapalı tutmak zorundayım."

Örnek:

Çocuklarının hatırına eşinin otoritesi karşısında susmak zorunda kalan kadının çatışması

Ağrı-Kas-Kaslar

- Değersizlik tamir fazı

Örnek:

Sürekli okulda arkadaşları tarafından aşağılanan çocuk uzun zaman sonra korkusunu yenerek kendini yumruklarıyla savunuyor. Bu hareketin hemen sonrasında kas ağrıları başlıyor.

Ağrı-Sinir

- “Niyetim seni incitmek değildi, ama çok sert vurdum.”

Örnek:

Kızına veya oğluna tokat atan ebeveyn yaşadığı pişmanlık sonucu ilgili yerde sinir ağrısı çekebilir.

Akciğer-Amfizem

- Büyük bir iletişim yoksunluğu
- Yaşamaktan bezme çatışması
- Ölümle yüz yüze gelmek
- Aile ağacında gaz, duman veya boğulma anısı

Örnek:

Babasını boğulma sonucu kaybeden danışan, babasının öldüğü yaşta bir boğulma tehlikesi yaşıyor, hemen arkasından akciğerde amfizem geliyor.

Akciğer Virüs Enfeksiyonu

- Sözel kavga, tartışma, alanda var olan sürtüşme

Örnek:

Eşi tarafından hakarete uğrayan kadın bir hafta sonra akciğerde virüs geliştiriyor.

Akdeniz Anemisi

Akdeniz anemisi (Talasemi), genellikle Akdeniz bölgesinde görülen ve genetik faktörlerle sonraki nesillere geçebilen bir tür kansızlık hastalığıdır.

- Hamilelik dönemi veya öncesi anne veya babanın hissettiği hayattan korku ile ilgili çatışmalar
- Mutsuz ve çatışmalı bir evliliğin sonucu doğan çocuğun bu çatışma ile kodlanması
- Kendini sürekli tehdit veya tehlikede hisseden çocuk veya ebeveynlerin çatışması

Akromegali

Akromegali, beynin tabanında yer alan hipofiz bezinin ön lobundan çok miktarda büyüme hormonunun salgılanmasına bağlı olarak gelişir. Nadir bir hastalık olup, tedavi edilmemesi durumunda; iç organlarda ciddi sorunlara yol açabilecek etkilere neden olabilir.

- Hamilelik dönemi veya öncesinde, anne veya babanın küçümsendiği, kişiliğine saldırıldığı durumların çocuktaki kodlaması

- Yine aynı dönemde anne veya babanın kendi varlığını kanıtlamak, insanlara kendini duyurmak ile ilgili çatışmaları
- Ebeveynlerin ayrılığı sonucu, tekrar terk edilme duygusunu yaşamak istemeyen çocuğun beyninin, sevdikleriyle arasına mesafe koymak için bulduğu çözüm olarak ortaya çıkar.
- Çocuğun bir ebeveynin yakınlığına, korumasına ihtiyaç duyması, gelecekle ilgili güven isteği.

Akut Romatizmal Ateş

- Ayrılıkla ilgili değersizlik çatışması
- “Sevdiğim insanların ayrılmasını istemiyorum.”

Örnek:

Anne ve babası boşanma kararı alan genç kızın çatışması

Albinizm-Albino

Bu hastalığa albinizm, hastalara ise albino denir (halk dilinde abraşlık olarak bilinir). İnsanları ve hayvanları etkileyen genetik bir bozukluk olan albinizm renklenmeyi sağlayan melanin pigmenti yokluğu ya da azlığından kaynaklanır. Gözler, deri, saçlar ve bedenin öbür bölümlerini etkileyebilir.

- Hamilelik dönemi veya öncesinde anne veya babanın çatışması çocuğa geçerek bu hastalık oluşur.

- Kendini değersiz ve yetersiz gören ebeveynin, birinin korumasına ihtiyaç duyması, bu durumun yarattığı yetersizlik çocuğa kodlanır.

- Ebeveynlerden birinin kendini reddettiği, özgüvensizlik yaşadığı, suçladığı ve kendini aklamak istediği çatışmanın çocuğa kodlanması

- Kendini ruhsuz ve hayalet gibi hisseden ebeveynin çatışması

Alerji-Zirai İlaç

- Çevre ile ilgili çatışma

Örnek:

Hamilelikte evini ilaçlatan kadın bu kokuya maruz kaldığında olabilir.

Alopesi

- Bir yol ayrımında olma, ayrılık, değersizlik, korunmanın kaybı
- “Biri ya da bir şey saçlarımın diken diken olmasına sebep oluyor.”
- Bir gün doğru eşi bulacağına inancını kaybetme
- Yuvayı kaybetme, kuramama çatışması

Örnek:

Genç kız âşık olduğu adamın evli olduğunu öğrendikten sonra yuva çatışması yaşıyor. Başka bir adamla evlendiğinde ufak bir ayrılık yaşadığı zaman saçlar dökülmeye başlıyor.

Anal Fissür

Anüs (makat) bölgesindeki deride oluşan yırtık veya çatlaktır. Görünüş olarak küçük olmasına karşın verdiği rahatsızlık çok belirgindir. İlk bir aylık dönemdeki yırtıklara “akut anal fissür”, daha uzun süreli ve meme (şişlik) yapmış yırtıklara da “kronik anal fissür” (KAF) denir.

- Hayata duyulan coşkunluğun kaybedilmesi (Hamilelik dönemi veya öncesinde anne veya babanın çatışması çocuğa geçebilir.)
- Kendini zayıf ve yetersiz hissetme, bu konuyla ilgili içe kapanma çatışması
- İlerlemekten korkmakla ilgili yaşanan kararsızlık
- “Hayır” diyememek ve bu yüzden istemediği halde sorumluluk almakla ilgili çatışmalar

Anüri-İdrara Çıkamama

Günlük idrar miktarının 400-500 ml’nin altında olması oligüri ve 50-100 ml’nin altında olması anüri olarak tanımlanır.

- Kişinin hayatta kendini çıplak ve savunmasız hissetmesiyle ilgili çatışması
- Aşırı korku hissettiren bir olay sonrası kişinin kendini gizlemekle ilgili yok olma çatışması
- Çok büyük bir üzüntü karşısında kişinin kendini ifade edememesi, bu durumu içine atması

Anevrizma

- Alandaki toprakların saldırıya uğraması ile savunulup, tamir fazına geçmesi

Örnek:

Baba oğluna baskı yaparak istediklerini yapmazsa mirasından men etmekle tehdit eder. Baba aniden ölünce çatışma ortadan kalkar incelen damar kendini onarıken anevrizma oluşur.

Anjiyoödem

- “Eğer ölü taklidi yaparsam yırtıcıdan kurtulurum.”

Örnek:

Üst soyda savaştan ölü taklidi yaparak kurtulan dedenin aynı düzlemdeki torununa aktardığı çatışma

Anoreksiya

- Anne ile aktif çatışma
- Aile klanı ile ilgili alan çatışması
- Taciz tecavüz anısı. “Saklanmak için ufacık kalmalıyım.”
- Gizlenmiş bir hamilelik

Örnek:

Defalarca düşük yapan kadın nazar değmesin diye ilk zamanlarda hamileliğini eşinden bile saklar. Doğan çocuk anoreksik doğar.

Aort Kasifikasyonu

- Baba ile oğul arasındaki gittikçe artan uyumsuzluk

Örnek:

Babasının şirketinde çalışan çocuk babayla anlaşamıyor ancak başka bir işi de olmadığı için bu çatışmayı yıllarca taşıyor, aortta kalsifikasyon oluşuyor.

Arpacık

- “Kendimi bir kenara atılmış gibi hissederim, belirsizliklerin altında ezilmeye başlarım.”
- Kişinin gördüğü bir şeyle ilgili lekelenmiş hissetmesi
- Birinin terk edilmekten korkması
- Birine, hayata karşı duyulan kin

Örnek:

Giriştiği işlerde sürekli başarısız olan ve ailesine maddi sorun yaşatan adamın karısı bu durumu sürekli yüzüne vurur ve onu terk etmekle tehdit eder. Başarısızlığın getirdiği öfke ve terk edilme korkusu sonucu adamda arpacık oluşur.

Artrit

- Değersizlik çatışmasının tamir fazıdır.
- Kişinin çocukları ile ilgili endişeleri
- Harekete geçmek ile ilgili endişeler

Örnek:

Çocuğu kaza geçiren ve yaralanan aşırı koruyucu bir anne bu durumdan kendini sorumlu tutar. Çocuğu iyileştikten hemen sonra artrit gelişir.

Asetonemi-Ketoz

- Aşırı otoriter anne veya babanın her an patlamaya hazır bir bomba gibi olması

Örnek:

Dominant bir anne tarafından eşi reddedilen adamın bu durumda yaşadığı çatışma

Aşırı Tüylene

- Üst soylarda savaş, siperde saklanma anısı
- Temas yoksunluğundan acı çekmiş kadının anısı
- Taciz anısı
- Büyük bir yanlış anlaşılardan kaynaklı ayrılık anısı

Örnek:

Yeni evlenen kadın cinsel anlamda kendini doyurulmamış hisseder, yeterli temas alamaz. Hissettiği bu yoksunluk yeni doğan çocukta tüylene olarak kodlanır.

Ateş

- Kaybedilen sevgiyi yerine koymak için beden ısı gönderir.
- Çocuğun cinsiyeti ile ilgili beklentiler
- Anneden ayrılık çatışması
- Çocuklarda eleştiri, sevgisizlik
- Adaletsizlik çatışması

Örnek:

Erkek beklentisi ile döllen bir bebeğin kız olması sebebiyle baba hayal kırıklığı yaşıyor. Doğan bebeğin ateşi sürekli 39 derecede kalıyor.

Ayak Bileği

- Anneyle ilişkide yön çatışması
- Gafil avlanmak
- Arada kalmış olmak, seçim yapmak ve karar vermek konusunda güçlük çekmek.

Örnek:

Annesi tarafından sürekli eleştirilen bir kişinin bu duruma engel olamaması durumu

Bacaklar-Toplardamar Problemi

- Çok ağır gelen yük ile ilgili çatışma
- Sol baldır: Bebeklikte evin dışında çalışan anne çatışması
- Sağ baldır: Sorumluluk almayan kocanın, dibe batmaya sebep olan çatışması
- Terk edilme, ihmal

Örnek: Eşiyle büyük bir kavgaya tutuşan kadının bir süre sol bacağı külçe gibi ağırlaşır ve toplardamar sorunları çıkar.

Bademcik İltihabı

- Anneden sevgi ve ilgi arayışı
- Yutulması gereken şey ya da mesele ile ilgili çatışma
- "Söyleyeceklerimi yutmak zorundayım."
- Avı yakalamaktan emin olamama

Örnek:

Bir anne çocuklarının maddi ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanıyor. Çocukların her yeni maddi ihtiyacına cevap vermek istediğinde bademcikleri şişiyor.

Bağışıklık Sistemi

- Her iki ebeveyn de hamileliği kabul etti mi?
- Hamilelik ile ilgili anne baba arasında sorun yaşandı mı?
- Cinsiyet beklentisi ile ilgili hayal kırıklığı oldu mu?

Örnek:

Evlilik dışı hamile kalan kadın çocuğu aldırma istemiyor. Adam hiçbir sorumluluk almıyor ve çocuğu kabul etmiyor. Doğan bebeğin bağışıklık sistemi zayıf oluyor.

Bartolin Salgıbezleri-Vajinal Kuruluk

- Cinsel istek yüzünden suçlanma
- Kadının partnerini cezalandırma çatışması
- Cinsellikle ilgili yasaklar

Örnek:

Genç kız 13 yaşındayken uykuda orgazm olur, uyandığında yatağın başucunda babasını görür ve büyük bir utanç duyar. Bu utanç vücutta vajinal kuruluğu kodlar.

Basen Bölgesinde Yağlanma

- Kıtık zamanı hayatta kalmak için rezerv oluşturma
- İhmal, terk edilmişlik, yeterince fiziksel ve duygusal olarak beslenememe

Örnek:

Ailesinin karşı çıkmasına rağmen boşanma kararı alan kadının desteksiz kalır, yapayalnız kaldıktan bir yıl sonra basen bölgesinden yağ depolamaya başlar.

Bel Ağrısı

4 ana çatışma görülür:

- Hayatın, ailenin direği olmaya yönelik çatışma
- Finansal güvensizlik
- Çocuklarla ilgili duyulan aşırı kaygı
- Cinsellikle ilgili değersizlik
- Ayrıca anne tarafından desteksiz hissetme

Örnek:

Yeni evlenen ve iş kuran adam yaşadığı sıkıntılar yüzünden sürekli kızgın. Eşi tarafından da cinsel olarak yetersiz olduğu yüzüne vuruluyor. Bu çatışmanın sonucu bel ağrısı başlıyor.

Bel Kayması

- Hayatta destek alınan kaynağın kaybı
- Kişinin cinselliği ile ilgili çatışma

- Değersizlik
- Evinden uzağa doğru yer değiştirme zorunluluğu olan kişinin çatışması

Örnek:

İcra davası sonucu aile evini boşaltmak ve başka şehirdeki akrabalarının yanına taşınmak zorunda kalan adamın hikâyesi

Bipolar Bozukluk

Bipolar bozukluk, “maniden depresyona kadar uzanan ruh halindeki aşırı değişiklikler” olarak tanımlanır. Bu duruma bipolar bozukluk denir. Bu ruh hali oynamaları arasında, bipolar bozukluğu olan kişinin normal ruh halinde olduğu dönemler olabilir.

- “Hayat bana dar geliyor, ailem yeteneklerimi kullanmamı engelliyor.”
- Hayatı yaşamaya değer bulmayan kişinin yaşadığı büyük hayal kırıklığı anısı
- Kendini ispat etmeye çalışan bireyin sürekli engellendiğini hissetmesi, bununla ilgili kapana kısılmış hissetmesi
- Babanın anneye şiddet göstermesi sonucu çocukta gelişebilir.

Boğaz Ağrısı – Akut Tonsillit

İyileşme fazında ortaya çıkar.

- Birinin patronuna, öğretmenine, babasına, annesine söylemek istediklerini söyleyememe çatışması
- Yasak olan bir şeyin ifade edilmesiyle ilgili yaşanan çatışma
- Birinin boğazına kadar gelen sözleri geri çekmesi

Örnek:

Babası kızına cep telefonu alacağına söz verir ancak o dönemde maddi olarak çok zor duruma düşer ve alamaz. Altı ay sonra toparlanıp güzel bir telefon alır ve iyileşme fazına girer. Çok ağır bir tonsillit geçirir.

Boyun Tutulması-Tortikollis

- Bakılması yasaklanmış bir şeye (bazen sembolik) bakmak isteyip bakamama
- Entelektüel değersizlik
- Gelecekle ilgili kararsızlık

Örnek:

Çalıştığı şirkette işinden çok memnun olan adamın arkadaşı başka bir şirkete gider. Daha iyi şartlarda olan bu işe kendisi de başvurmak istese de, etik olarak işyerinden ayrılamaz. Kararsızlık boyun tutulması olarak bedende görülür.

Böbrek-Renal Pelvis-Böbrek Kanseri

- Alanını işaretlemedeki zorluk
- Gelecek ile ilgili duyulan kaygılar

Örnek:

Geç yaşta evlenen varlıklı bir adam kadınla anlaşamayıp boşanıyor ancak kadın bir şekilde hileyle adamın malını üzerine geçiriyor. Ardından adamda renal pelvis kanseri başlıyor.

Böbrek-Toplayıcı Tübüller

- Savaş mağdurlarının, mültecilerin “Artık hiç kimsem yok” çatışması
- Bütün referans noktalarını kaybetme çatışması
- “Dünyayı ayaklarımın altından çektiler.”
- Terk edilme

Örnek:

Çölde beden hayatta kalmak için günlük idrar çıkışını azaltır. Bunu su tutmak için yapar. Toplayıcı kanallar işlevsiz kalarak hastalık başlar.

Böbreklerin Kaliksleri

- Fikirler, düşünceler ve stratejiler ile ilgili çatışma

Bronşit

Tamir fazında ortaya çıkar.

- Kişinin kendi toprağındaki tehdit
- Alanındaki korku çatışması
- Tartışmalar, eleştiriler, aile içi saldırılar
- Başkalarının gözünde küçük düşme çatışması
- Kaçamayacak ya da saldırıya geçemeyecek olma korkusu

Örnek:

Kalabalık bir odaya giren kadın odanın havasız olduğunu fark ettiği anda gözü hemen pencerelere takılıyor. Sembolik olarak odayı genişletme isteği ile bronşit geliştiriyor.

Bronşektazi-Bronş Genişlemesi

- Kendi alanımda tehdit ediliyorum.
- Alanımda çok fazla insan var, alanımı genişletmek istiyorum.
- Kendi alanımda boyun eğmek zorunda kaldım.

Örnek:

Hamileliği süresince otoriter kayıncalidesi ile yaşamak zorunda olan kadının bebeğı bronşektazi oluyor.

Bulimia

- Tiksinti oluşturan çatışmalar
- Otoriteyi reddetme çatışması
- Açlıkla ilgili bir çatışma, terk edilme ve süttten ani kesilme çatışması. (Kendimi yoksunluk sonrası yiyeceklere atıyorum.)
- "Yaşamak için gerekli yiyeceklere saldırıyorum."

Örnek:

Hamilelik döneminde annenin plasentası erken ayrılıyor, anne bebeğini besleyemeyeceğinden korkuyor. Bebek blumik olarak doğuyor, iştahla emdiği sütü 10 dakika sonra kusuyor. Anne bebeğı bu durumu ve yeterince yiyecek olduğunu anlatıktan sonra durum düzeliyor.

Burun Eti Şişmesi

- "Düşmanca gelen bir ortamda yaşayabilmem için kokuyu almamam gerekiyor."

Burun Kanaması

- "Hissettiğim şeyden dolayı neşemi kaybettim, hayal kırıklığına uğradım."
- "Kendi alanımda veya aile klanımda kötü kokular alıyorum." (Sembolik.)
- Kötü gidişattan dolayı hissedilen suçluluk duygusu
- Aile içinde varlığımı hissettirmek için varlığımı gösterme çatışması
- "Ben bu aileye ait olmayabilirim, babam gerçek babam mı?"
- Beyin kanamasından ölen atalardan gelen çatışma
- Ölüm korkusu

Örnek:

Ablası kardeşine evlatlık olduğunu söylüyor, küçük çocuk buna inanıyor ve hayal kırıklığına uğruyor. Bu durumu fark eden anne gerçeği söyleyene kadar çocukta burun kanaması devam ediyor.

Candida Albicans-Mantar

- Ölüm, kürtaj, yas ile ilgili çatışmalar
- Kaybedilen kişi ile ilgili çatışma
- Sevgiliyle ayrılma, tatmin olamamanın çatışması

Örnek:

Eşinden ayrılan kadının vajinasında mantar oluşuyor, bu konu ile ilgili çalışmadan hemen sonra mantar geçiyor.

Cushing Sendromu

Cushing sendromu vücutta aşırı miktarda kortizol hormonu üretimi sonucunda ortaya çıkan bir durumdur. Kortizol normalde böbreküstü bezleri tarafından yapılan bir hormondur ve yaşam için gereklidir. Bu hormon kişinin hastalık gibi stresli durumlara yanıt vermesini sağlar.

- “Başkaları ne der?” korkusuyla deneyimlenen, istenmediği halde başkaları için yapmak zorunda kalınan işler

- Yönünü şaşırmak, hedeflerini kaybetmek ile ilgili çatışmalar

- Aileye ve yakınlarla duyulan öfke ve bununla ilgili her an saldırıya uğrayacakmış gibi tetikte olma

Cücelik

Her 15 bin çocuktan birinde görülen nadir genetik hastalık **nanizm**, kol ve bacaklardaki uzun kemiklerin, bazen de kafatasındaki kemiklerin büyüme bozukluklarına sebep oluyor.

- Hamilelik dönemi veya öncesi, anne veya babanın dünyaya çocuk getirmekle ilgili kaygıları. (Dünya tehlikeli bir yerdir.)

- Aynı dönemde insanlara güvensizlik, kendi içine dönme (ana rahmindeki gibi) çatışması yaşayan ebeveynin çocuğa aktarılan kodu

- Hamilelik dönemi veya öncesi sorumluluktan korkan, ebeveyn olmayı, büyümeyi reddeden anne veya babanın çatışması

- Ebeveynlerden şiddet görme anısı olan kim?

Çene Kilitlenmesi-Trismus

- “Söylemek istediğimi söyleyemem.”

Örnek:

Babası tarafından tacize uğrayan kız yıllarca bu sırrını kimlere söyleyemez, çene kilitlenir. Seans sırasında bu sırrını söylediği anda çenesi açılır.

Çıban

Deride aniden ortaya çıkar, stafilokok denilen bakterinin meydana getirdiği enfeksiyon sonucu oluşan, ağrılı ve mikrobik döküntüye verilen isimdir. Genelde, bakterilerin kıl köklerine yerleşerek çoğalmasıyla oluşur. Ani kızarıklık, şişlik, ağrı ve zonklama hissi oluştururlar.

- Aile içinde baskı hisseden ve durumun nefretini taşıyan kişinin çatışması

- "Ailem tarafından engellendim, kendimi gerçekleştirmem baskılandı."

- Gerçekleri kabul etmemekle ilgili yaşanan çatışmalar

- Kişinin içinde biriktirdiği, patlamaya hazır duygular

Çıkık

- Bir şeyi yapma sorumluluğundan kurtulma isteği

Örnek:

Basketbol takımında oynayan genç çocuk ceza olarak şınav çekme cezası alır. Bu durumdan kurtulmak için başkasını suçlayarak cezadan kurtulur, omzunda çıkık oluşur.

Çocukta Dikkat Dağınıklığı – Dikkat Eksikliği

- Epidural anesteziyi acıdan kaçmak için isteyen annenin çatışması
- Otorite karşısında dinliyormuş gibi yapıp dinlemeyen annenin çocuğa aktardığı çatışma

Örnek:

Eşi askere giden kadının hamilelik döneminde ona yardımcı olmak için kayınvalidesi yanına taşınır. İyi biri olmasına rağmen her şeye karışan bir kayınvalidedir. Kadın kayınvalidesini kırmamak için onu dinliyormuş gibi yapıp, gerçekte sadece kafa sallar, söylediklerini ciddiye almaz. Doğan çocukta dikkat dağınıklığı oluşur.

Çocukta Özsaygı Eksikliği

- Çocuk doğduğu anda kendisine aile veya doğum ekibi tarafından yöneltilen ilk bakış, temas, söz çok önemlidir. Bebek beğenilmediğinde bunu hisseder, özsaygıyı kaybeder. Bu durum bebeğe anlatılınca düzelme olur.

Çocuk Felci

Çocuk felci (poliomyelit) poliovirüs denen bir virüsün sinir sistemine saldırması sonucu oluşan bir hastalıktır.

- Hamilelik dönemi veya öncesinde anne veya babanın hareket edemediği, kurtulamadığı çatışmalar
- Acil yapılması gereken ama bir türlü yapılamayan işlerle ilgili çatışmalar

- Hamilelik dönemi veya öncesinde terk etme, terk edilme ile ilgili korkuların yarattığı gerginlik

Dalak Büyümesi

- “Treni kaçırdığıma, karşıma çıkan güzel fırsatları değerlendiremediğime, hayatta hiçbir başarı gösteremediğime inanıp kendime kızarım.”
- Aile içinde yaşanan çatışmalar, mücadeleler, “Benim kanım bozuk, aile yapım bozuk” çatışması
- Tekrarlanan kan nakilleri

Örnek:

Kişinin fazla kan kaybettiği bir kaza olmuştur. Bilinçaltı kaybedilen kanı yerine koyma kodu olarak dalakta daha fazla kan rezervi oluşturur.

Damak-Damak Kanseri

- Yakalanan bir şeyin ağızdan geri alınması. (Sembolik.)
- Büyük balığı kaçırma çatışması

Örnek:

Yıllarca loto oynayan adam bir türlü rakamları tutturamaz. Hayatında ilk defa oynadığı lotoyu yatırmaz ve rakamlar tutar. Bu durumun çatışması ile damak kanseri geliştirir.

Dehidratasyon

Dehidratasyon, en basit şekilde sıvı kaybı olarak tanımlanabilir. Vücudunuzun sıvı kaybına karşı düzenli olarak sıvı almanız

gerekir. Vücut, harcadığı kadar sıvı alamazsa dehidratasyon süreci başlamış olur. Dehidratasyon arttıkça terleme ve idrara çıkma azalır, dokular kurur ve sürecin sonunda organlar hasar görür.

Bakılması gereken duygular:

- “Hangi tarafım ölmek istiyor? Hangi duygulardan kurtulmak istiyorum?”

- “Yaşadığım acı öyle büyüktür ki çıkış yolu bulamam; ölü mü düşünürüm.”

- “Başkalarını kaybetmemek için, onların beni sömürmesine izin veririm.”

Demir Eksikliği

- Aile içinde ne yapmanıza izin verilmedi?

- Kişinin bir işi yapma kapasitesi aile tarafından azaltılıyor, engelleniyor.

Dil-Dilaltı Bezleri-Kanser

- Lokmayı yakalayamama çatışması

- Çok şiddetli bir arzuyu baskılamak zorunda kalma

Örnek:

Adama karısından boşanmıştır ancak onu hâlâ arzulamaktadır. Çocukları için her bir araya geldiklerinde bu arzusu daha da artar. Sonunda dilaltı kanseri gelişir.

Dirsek

- İşle, görevlerini başarma ile ilgili çatışma

- “Eskisi kadar iyi bir usta değilim.”

Örnek:

Yaşlı bir tenisçi eskisi kadar güzel oynayamamanın verdiği üzüntüyle dirsek ağrısı çekmeye başlar.

Disleksi

- Cinsellikle ilgili ters ilişki, anal seks
- Aileye adaptasyon ile ilgili sorunlar
- Annenin doğum anında okumayı düşündüğü duayı okuyamaması, unutması
- Hamilelik döneminde ebeveynlerin arasındaki anlaşmazlık. Anne evet der, baba hayır veya tersi.
- Hamile kalmak ile ilgili çatışmalar

Örnek:

Hamile olduğunu düşünen ve gerçekten hamile olan bir annenin, hamile olmadığı doktor tarafından söylenince çocukta disleksi oluşması

Divertikül-Bağırsak

- Affetmenin, sindirmenin imkânsızlığı çatışması
- Kişinin kendine olan öfkesi
- Kendini aşırı baskı altında hissedip öfkelenme

Örnek:

Zamanında boşanmadığı için yaşlılığını mutsuz geçiren kadının kendine öfkesi

Dizler

- Hayatınızda taşıdığınız çok ağır bir yük
- Yükümlülük ve itaat ile ilgili çatışmalar
- Fiziksel aktivite veya spor yapmaya dair değer yitimi çatışması
- Doğum anında bir kaza oldu mu?
- “Annemin isteklerini yapmak zorundayım, ben anneme mecburum, yoksa beni sevmez.”

Örnek:

Üniversite sınavına çalışan çocuğu aşırı baskıcı annesi her yarım saatte bir ders çalışması konusunda uyarır. Bir süre sonra çocukta diz ağrıları başlar.

Doğum-Bebeğin Ters Gelmesi

- Paraşütle atlama ya da baş üstü düşen birini koruyamama anısı
- “Doğru bir zamanda hamile kalmadım” çatışması

Örnek:

Gebeliğin altıncı ayında kocası trafik kazası geçiren kadın, doğum için iyi bir zaman olmadığını düşünür. Bu çatışmayla kodlanan bebek rahimde ters döner.

Doğum-Sezaryen

- Çocuk hep başkalarının desteğiyle hareket eder.
- Dişilik ile ilgili çatışmalar

Örnek:

Okul hayatında sürekli ebeveyn ve öğretmenlerin ittirmesi ile ders çalışan çocuğa sezaryen çatışması anlatıldığında sorumluluğunu almaya başlar.

Dolama

- Bir sır ile ilgili sessizliği bozmak istiyorum.

Dudaklar-Çatlak Dudaklar

- "Sözlerim ne dinlendi ne de duyuldu."
- "Benim sözlerim değersiz, ne diye konuşayım?"

Örnek:

Sınıfta cevapları bildiği halde konuşmayı gereksiz bulup cevaplamayan çocuğun dudaklarında çatlak oluşur.

Duodenum-Onikiparmakbağırsağı

- İki erkek arasındaki çatışmayla ilgilidir.
- Yoksunluk ve adaletsizlik konuları
- Aile fertleri, iş arkadaşları ile parayla ilgili çatışma
- Yemekle, parayla, gelecekle ilgili kaygılar

Örnek:

Ortağı tarafından dolandırılan adamın mahkemede bu durumu ispat edememesi sonucu duodenum ülseri gelişir.

Dupuytren Kontraktürü

- Bir şeye tutunmak istemek, o şeyi bırakmak istememek çatışması
- Yüzükparmağı: "Partnerime tutunmak istiyorum."
- Serçeparmağı: "Bir sırra tutunmak istiyorum."
- "Değerimi düşürsem de bırakmayı/tutmayı beceremiyorum."

Örnek:

Eşinden ayrılan adam bir daha toparlanamıyor. Tekrar barışma isteği defalarca reddediliyor, bir süre sonra yüzükparmağında kalınlaşma başlıyor.

Dürtüsellik

Dürtüsel kişiler, çevredeki tehlikenin boyutunu küçümseyen ve tekrarlayıcı olarak riskli davranışlar sergileyen, yaptıkları hataları yargılamayı öğrenmede başarısız kişilerdir.

- Acil olarak doğuma alınan bebekler
- Anne hamileliğinde düşük veya kaybetme korkusu yaşamışsa doğan çocukta görülebilir.
- Hamilelik dönemi veya öncesinde anne veya babanın otorite karşısında susmak zorunda kalması.
- Yine aynı dönemde ebeveynlerden birinin tatmin edilmeyen temas ihtiyacı.

Bu çocuklara bu çatışmanın onlara ait olmadığı anlatıldığında düzelme görülür.

Düşük

- Katliam sonrası hayatta kalan, kurtulan ataların suçluluk duygusu
- Ebeveynlerden birinin veya ikisinin hazır olmaması
- Anne baba arasındaki anlaşmazlık
- Doğacak çocuk beklentiyi karşılayacak mı?

Örnek:

Evlilik öncesi çok güzel ilişkileri olan bir çift evlendikten sonra aileler arası çatışmalara maruz kalıyorlar. Kadın erkeğin çok değiştiğini ve ona artık eskisi kadar güvenemeyeceğini fark ediyor. Defalarca düşük yapıyor.

Eğitim Sorunları-Matematik

- Matematik bir semboller bilimidir. Söz, nişan, düğün, yüzük gibi âdetlerin sırası karışmışsa doğacak çocuk matematik dersinde zorlanır.
- Gebelik âdet döngüsünün yanlış hesaplanması yüzünden oluşmuşsa doğacak çocuk yine hesaplama hataları yapabilir.
- Anne baba ayrılığı yaşayan çocuk aritmetik işlemlerini yapmakta zorlanır.
- P/A dönemi baba hesaplarla ilgili stres yaşarsa bu çocuğun kodlarına yansır.

Örnek:

Ailelerini ikna edemeyen çift kaçarak evlenirler ve çocuk olana kadar aileler onları affetmez. Çocuk doğduktan sonra ailelerin isteği ile düğün yaparlar, çocuk büyüdüğünde matematik ve geometride çok zorlanır.

Eklampsi-Gebelik Zehirlenmesi

- “Bu gebeliği sonlandırmak isterdim” çatışması
- Aile ağacında şiddet gösteren baba anısı
- Anne baba arasındaki çatışmalar

Örnek:

Babası çok otoriter bir kadın evlendiğinde eşine sığınır ancak evlendikten sonra eşi de baskı yapmaya başlar; hamile kaldığına pişman olur. Gebelik zehirlenmesi yaşar.

Ektopik Gebelik-Dış Gebelik

- “Çocuğun evde yeri olmayacak.”
- “Bu daire çocuk için uygun değil.”
- Şiddet altında deneyimlenen cinsel birleşme anısı

Örnek:

Birbirlerini çok seven çift büyük bir aşkla evlenir, ancak kadın bebek konusunda henüz hazır değildir. Erkek romantik bir gecede kadını ikna ederek hamile bırakır, ancak kadın bundan çok pişman olur. Dış gebelik gelişir.

Ekzoftalmus

- Tehlike anında kaçabilmek için görsel alanını genişleten avın anısı
- Tiroit hastalarında görülür; bir şeyi hızlıca gerçekleştirme isteği.

Örnek:

İçsavaşın yaşandığı bir dönemde ev baskınları yapılmaktadır. Anne çocuklarını korumak için geceleri camdan gelen olup olmadığını kontrol ettiği dönemde ekzoftalmus geliştirir.

El Bileği – Bilek Ağrısı

- Aracıların, emlakçıların çatışması: İki kişinin arasını bulma çatışması
- Yeteneklerle ilgili kendine güvensizlik çatışması
- Grup tarafından bir kenara koyulma veya birini gruptan ayırma çatışması
- “Arkadaşlarım beni onların ekibinde istemiyor.”

Örnek:

Hamile kadın aynı zamanda apartman yöneticisidir. Komşuların bitmeyen sorunları yüzünden sürekli arabuluculuk yapmak zorunda kalmıştır. Doğan çocuğu yıllarca bilek ağrısı çeker, bu durum ona anlatıldığında ağrılar geçer.

Eller

- Baba ile ilgili çatışmalar
- Komuta etme, hükmetme, işlerin icrası, yaratıcılık ile ilgilidir.
- Bir şeyi başaramama ile ilgili çatışmalar eli ilgilendirir.

İdrar Kaçırma – Enürezis

- Çoğu vakada babanın yokluğu sebeptir.
- Babanın sınır koymaması veya aşırı otoriter olması

- Ebeveynlerin alanlarını kaybetme ile ilgili yaşadığı çatışma
- Aile ağacında gece olmuş bir yangın anısı var mı?

Örnek:

Kadın hamileyken asker olan eşi yurtdışına göreve gönderilir, aylarca dönemez. Çocuk doğduktan 3 ay sonra dönebilir, çocuk 6 yaşına geldiğinde altını ıslatmaya başlar.

Erizipel-Yılcık

- “Politik ve dini olarak farklı düşündüğüm için dışlandım.”
- Erizipelin bulunduğu yerle ilgili kirlenmişlik hissi
- Üst soyda din ve inanç sistemini değiştiren var mı?

Örnek:

Dinini değiştirdiği için ailesi tarafından reddedilen genç çocuğun el bölgesinde yılcık görülüyor.

Erken Boşalma

- “Alanımda alfa olamam, başka bir alfa tarafından engelleniyorum.”
- Otoriter bir anne, eski eş veya bir kadın tarafından sembolik olarak hadım edilme
- Çocukken terk eden baba yüzünden, anne oğlunu sembolik olarak kocası yapar (Oidipus kompleksi)
- “Alfa olmam engellendi, alfa olmaya hakkım yok.”
- Çocuk gençken baba terk eder veya ölür.

Örnek:

Oğlunu babasız büyüten bir kadın oğlunun yanına hiçbir kadını yakıştırmaz ve reddeder. Çocuk bir gün âşık olur ve tabii ki annesi onaylamaz, ama annesini dinlemez ve evlenir. Annesinin sürekli negatif bakışı ve tavrı sonucu erken boşalmaya başlar.

Fallop Tüpleri

- Çatışma cinsel tonda, temiz olmayan bir çatışmadır, genellikle bir erkekle ilgilidir.
- Çok iğrenç, pis, çirkin, acımasız tonda yaşanan cinsel deneyim
- “Başkaları ne diyecek?” hissiyle birlikte aşağılanma anısı

Örnek:

Küçükken tacize uğrayan kız çocuğunun tüpleri ergenlikte sembolik olarak bu durumu gizlemek için tıkanır.

Femur-Uylukkemiği

- Karşı çıkma, direniş, öz değersizlik ile ilgili konular
- “Benden daha güçlü biri karşısında savunmasız kaldım.”
- Bir hastalığın üstesinden gelemeyeceğine olan inanç
- Cinsellikle ilgili değersiz hissetme
- Tehlikeye karşı direnmekten vazgeçme, gücü yetememe
- Boyun eğmek zorunda kalma

Örnek:

Evliliği boyunca kendini anlatmak için mücadele eden kadının menopoza girdiğinde femur bölgesinde ağrılar başlar.

Fimozis

- Yasaklanmış cinsellik
- Prezervatif yırtılması ile dünyaya gelen bebek

Örnek:

Çocuk doğuştan fimozisli olarak doğmuştur, kaza ile hamile kalındığı anlatılınca gerileme görülmüştür.

Flebit

- “Artık oraya gitmek zorunda değilim, özgürüm.”
- “Ailemi bir araya getirmek istiyorum.”
- “Eve geri dönemem.”

Örnek:

Eşinden şiddet gören kadın babasının evine sığınır ve babası onu korumaya alır. Ertesi gün bacaklarda flebit gelişir.

FMF

- Üst soyda savaştan kurtulan ataların, ailesini koruyamamakla ilgili suçluluk anıları

Fobiler

- P/A dönemi veya üst soylarla ilgili olabilir.
- Kardeş ile ilgili kıskançlık
- “Kardeşim alanımı aldı, ondan nefret ediyorum.”
- Kim yok sayıldı, bir kenara atıldı?

Örnek:

17 yaşında bir çocuk birdenbire kapalı yerlerde nefes alamaz hale geliyor, asansörlere binemiyor. Araştırıldığında doğum anında doğum kanalında çok uzun kaldığı anlaşıyor. Bu durum anlatıldıktan sonra iyileşme oluyor.

Foliküler Kist

- Sevilen birinin veya ülkenin kaybı ile ilgili küçük çatışma

Örnek:

Ülkesinde savaş çıkan aile apar topar başka bir ülkeye göç ediyor. Genç kızlarında foliküler kist oluşumu gözleniyor. Çatışma çözülünce iyileşiyor.

Gaz-Bağırsak Gazı

- Kişinin sindiremediği kirli bir olayı içinden geçirip atamama
- Yanlış anlaşılma, affetmekte zorlanma, saygısızlığı affedip geçmişte bırakamama, güçsüzlük çatışması
- Huzursuzluktan bir an önce kurtulma, özgürleşmek isteme
- Zehirli gaz anısı

Örnek:

Kadının 40 yaşında birden bağırsaklarında gaz birikmeye başlıyor ve bu durum sosyal olarak onu çok rahatsız ediyor. Geçmişe bakıldığında evlerinde kırılan bir borudan gaz sızması sonucu abisinin öldüğü anlaşıyor. Babasıyla aynı düzlemde olan kız babasının 40 yaşındaki çatışmasını alıyor.

Gebelikte Mide Bulantısı

- Gebeliği reddetme, yanlış partner, partner tarafından desteklenmeme çatışması
- Kendi annesini sorgulayan danışanın, annesinin hatalarıyla yüzleşmesi, anneye duyulan kin

Örnek:

Büyük umutlarla evlendiği adamdan hamilelik döneminde yeterli sevgi ve destek alamayan kadın hamile olduğu için pişmanlık duyar. Bu durumu reddettiği için bulantıları olur, çatışmasını çözünce bulantılar geçer.

Geğirme

- Keyifli bir ortamda havadan, hafiflikten, özgürlükten yoksun olma
- Ağır sıkıntılı ilişkileri kabul edememe

Örnek:

Yeni bir işe giren adam pazarlama departmanında deneyimsizdir ve bu işi yapmak zorunda kalır. Ürünü anlatırken sürekli geğirme sorunu yaşar. Bu çatışmayı fark edince sorun çözülür.

Geniz Akıntısı

- "Burası benim için kötü kokuyor."
- Ortamdaki tehlike

Gıda İntoleransı

- Hamilelikte anneye bazı yasaklar gelince (sigara, içki, belli yiyecekler) anne öfkesini yiyeceklere odaklar.

Örnek: Hamilelik haberini alan anne sigarayı bırakmakta çok zorlanıyor, bu durumun acısını yiyeceklerden çıkarıyor. Doğan çocukta gıda intoleransı oluşur, bu durum anlatılınca iyileşiyor.

Gırtlak

- Nefesi kesen beklenmedik tehlike karşısında ölüm korkusu
- Dumandan zehirlenme korkusu
- Ayrılık korkusu

Örnek:

Savaş zamanı insanlar yerini belli etmemek için ağlamayı bile sessiz yapmak zorunda kalıyor. Bu anıyı taşıyan insanlarda gırtlak kanseri görülüyor.

Gliyoblastom

- Korku ile birlikte yeterince desteklenmediğini hissetme, bunun sonucu olarak öz değersizlik
- Çok acil bir sorunu çözmek zorunda olma
- Tümörün yeri ile ilgili üst soyda bir çatışma aranır.

Örnek:

Ölen dayısının adını taşıyan ve soy klanında aynı hatta olan çocuğun beyni ile omur arasında gliyoblastoma görülür.

Dayısının aynı noktadan demir çubukla dövülerek öldürüldüğü ortaya çıkar.

Glossit – Dil İltihabı Yılan Dil

- Zorla oral sekse zorlanma anısı
- Ağız kuruluğu çatışması sonucu görülür. (Dilinle dokunmak istemediğin nedir?)

Örnek:

Hayatındaki erkeği mutlu etmeye çalışan kadın, erkeğin isteği üzerine iğrenerek oral seks yapar ve bir miktar sperm yutar. Yıllarca ağız kuruluğu ve dil iltihabı sorunu olur, bu çatışmayı çözdüğü anda tükürük geri gelir ve dil normale döner.

Göbek Fıtığı

- Gücünün çok üstünde alınan sorumluluk çatışması
- Aile yüklerini taşıyamama, sorumluluğu reddetme çatışması
- Geçmişinden kurtulma isteği

Örnek:

Yeni evlenen adam aynı zamanda annesine, babasına ve kardeşlerine bakmak zorunda kalır, bu durum zamanla ağır gelmeye başlar. Doğan çocuğunda göbek fıtığı görülür.

Gözler-Güneşte Ağlama

- Baba ve anneyle çatışma
- Baba yoktur ya da çok uzaktadır

Örnek:

Babasını trafik kazasında kaybeden çocuğun her güneşli havada gözlerinde yaş birikir. Bu durumu fark edince yaşarma geçer.

Gözler-Rüzgârda Ağlama

- Babanın ani patlamaları
- Babayla ilgili korku çatışması

Örnek:

Çok öfkeli bir babanın kızı evlendikten sonra eşinin de öfke krizlerine maruz kalır. Bir süre sonra rüzgârda gözyaşı dökülmeye başlar, bu durumun çatışmasını anlayınca gözler normale döner.

Gözler – Blefarit

Gözkapaklarının iltihabıdır.

- Kirli bir görüntü çatışması
- Hayata veya birine duyulan kin

Örnek:

Eşinin yıllarca yasadışı yollarla para kazandığını sonradan öğrenen kadının bu durumu öğrendiğinde gözkapakları iltihaplanır. Çatışmayla yüzleşince gözkapakları iyileşir.

Gözler – Daltonizm-Renkkörlüğü

- Karşıt renkler, sembollerle ilgili aileden gelen çatışma (parti, takım vs.)
- Savaşta çok kan gören ataların anısı

Örnek:

Atalarının savaş anısı olan bir adamın oğlu doğuştan renk-körüdür. Araştırıldığında dedesinin yeşil çimler üzerinde çok fazla kanlı ölüme şahit olduğu anlaşılır; doğan çocuk yeşil ve kırmızı rengi göremez.

Gözler – Hemianopsi – Görme Alanı Bozukluğu

- Her iki gözde görüşün yarısı kaybolmuştur.
- Birileri veya bir olay hakkında görülmesi gereken gerçeği reddetme

Gözler – Keratokonus

- Korneanın küresel şekli konik şekle dönüşmüştür.
- “İçimde olup bitenler dışarıdan görülmemelidir.” (Astigmat çatışması.)
- “Sembolik olarak duvar oluşturup gizleniyorum.”

Örnek:

Aniden terk edilen genç kızın bu acısını kimseye söyleyememesi sonucu gözlerde keratokonus gelişir. Çatışmanın çözülmesiyle ameliyattan vazgeçilecek düzeyde iyileşme olur.

Gözler – Kornea Ulserasyonu

- Ayrılık ile ilgili yaşanan şok
- Ayrılmayı başarmak için sembolik olarak mesafeyi artırmak

Örnek:

Eşini başka bir adamla yakalayan adamın 1 ay sonra gözlerinde kornea ülserasyonu başlar.

Gözler – Makuler Retinopati

- Aile içinde birinin ölümüne tanıklık etmek
- Merkezdeki kişinin kaybı

Örnek:

Bir araba kazasında eşinin arabada sıkışıp ölmesine tanıklık eden kadında gelişir. Çatışma ile yüzleşince gerileme, iyileşme olur.

Gözler – Nistagmus – İstemsiz Göz Titremesi

- Gözler yatay veya dikey istemsiz titrer.
- Tehlikeden kaçmak için gözler panoramayı genişletmek için her yöne doğru hareket eder.
- Saldırı her an her yerden gelebilir.
- Ensest veya taciz anısı

Örnek:

Abisi kız kardeşine defalarca cinsel tacizde bulunuyor. Buna şahit olan anne kızını korumak için oğlunu evin içindeki tehdit olarak görüyor ve sürekli tetikte. Bir süre sonra gözlerde titreme başlıyor, bu çatışmaya çalışılınca titreme geçiyor.

Gözler – Pigmentatif Retinopati

- Utanç + Kirli görüntü çatışmasıdır.
- Aldatılmaya şahit olma anısı

Gözler – Pterygium – Gözde Et Büyümesi

- “Kimse beni gördüğüm tehlikeden koruyamıyor.”
- “Klanımdaki birini, bir tehlikeden korumak zorundayım.”

Örnek:

Üvey babasının kız kardeşine cinsel taciz uyguladığını gören kız çocuğu bu durumu annesine anlatsa da annesi ona inanmaz ve gözde et büyümesi görülür.

Gözler – Retina Yırtığı

- Bir görüntü ile ilgili yaşanan şok, stres, büyülenme

Gözler – Tavukkarası – Retinitis Pigmentoza

- Çirkin ve kirli bir görüntüye eşlik eden utanç
- Birinin ölümüne şahit olmak

Örnek:

Bir bebek tavukkarası hastalığı ile doğar, üst soyda dedesinin savaş fotoğrafçısı olduğu öğrenilir ve bu durum bebeğe anlatılır. Hatırı sayılır bir düzelme görülür.

Gözler – Göz Tembelliği – Ambliyopi

- Anne bebeği beklerken mutsuzdur.
- Babadan ayrılma anısı
- Anneden ayrılma anısı

Örnek: Çocuğun, ayrılmak üzere olan ebeveynleri umutsuzca birleştirme çabası

Graves Hastalığı

- Bir tür tiroit hastalığıdır.
- Aile klanında erken yaşta ölen, ayrılan kim?
- Birinin ölümünü geç kaldığı için engelleyemeyen kim?

Örnek:

7 yaşındaki kız çocuğunun ablası üniversiteyi kazanıp başka şehre gidiyor, çocuk bu durumu engellemek istiyor. Ablasının yaşına geldiğinde graves hastalığı başlıyor.

Grip

- Kişinin kendi alanında yaşadığı tehdidin tamir fazı
- Ani bir tiksinti
- Geniş aile içinde eleştiriye uğramak
- Sözlü mücadele, tartışma, eleştiriler
- "Onlarla aynı havayı solumak istemiyorum" çatışmasının tamir fazı

Örnek:

Geniş aile toplantıları sonrası ortamda eleştiriye uğrayan bireyin beyni, toplantı dağıldıktan hemen sonra grip geliştirir.

Guatr

- "Ben olanlar karşısında güçsüzüm, bu tehlike karşısında hiçbir şey yapamıyorum."

- Boğulma korkusu
- Soyağacında asılma veya boynunda kordon ile doğma
- Otoritenin sert ve acımasız eleştirisine karşı sembolik kalkan

Örnek:

Çok otoriter bir anneye cevap verirse başının belaya gireceğini bilen çocuğun beyni, konuşma organı olan gırtlığın önüne set çeker, guatr kodlar.

Gut-Ürik Asit

- Ölüm veya ömrünü boşa harcamak ile ilgili çatışma
- “Bir kırıntıyı bile atmak istemiyorum, çöpü bile saklamak istiyorum.”
- Değersizleşme çatışmasının tamir fazı
- Ömrünü boşa harcama çatışması
- Sorumluluklar yüzünden istediği hayatı yaşayamama

Örnek:

Hayatı boyunca ailesinin geçimi için uğraşan, kendine bir çöp dahi almayan baba belli bir yaşa gelince hayatını yaşamaya karar verir. Parayı kendi için harcamaya başlar, gut gelişir. Çatışma çözülünce hastalık geriler.

Halluks Valgus-Bunyon

- “Umutsuzca annemden uzaklaşmak istiyorum, başaramıyorum.”
- Çocuklukta, gençlikte yüklenen sorumluluklar (annelik yapmak)

- "Annelik yaptığım kişinin sorumluluğundan kurtulmak istiyorum."

Örnek:

Doğuştan bedensel özürlü çocuğu olan anne hayatı boyunca her anını çocuğuyla geçirmek zorundadır. Çocuğu belli bir yaşa geldiğinde bakımevine verir ancak akli çocuğunda kalır. Ayaklarda bunyon oluşur, ameliyat olmasına rağmen tekrar oluşur. Çatışma çözülünce parmaklar belli bir miktarda düzelir.

Hapşırma

- Ortamda konuşulan konu beyinde bir rezonansa denk geldiğinde hapşırma refleksi olur.

- Hapşırma anında aklınızdan ne geçtiği önemli, konu sizin çatışmanızla ilgili olabilir.

Hemakromatozis – Demir Seviyesi Yüksekliği

- Vücutta gereğinden fazla demir birikmesi
- "Klanımdan daha çok sevgi görmek istiyorum."
- Potansiyelin hayata geçirilememesi ile ilgili değersizlik
- Aşırı yükü omuzlarına alma çatışması
- Erkek beklenirken kız çocuk olarak doğmak

Örnek:

Büyük bir ailenin oğlu evlendiğinde bütün aile oğullarının erkek çocuğu olmasını bekler. Baba bu sorumluluğun altında ezilirken bir yandan da erkek çocuğu olmasını arzu eder. Doğan kız çocuğunun kanında demir seviyesi yüksek çıkar, çatışma çocuğa anlatılır ve demir seviyesi normale döner.

Hematom

Hematom, genellikle kan damarının yırtılması neticesinde kanın damar dışına çıkması olarak tanımlanan kanamanın doku içindeki birikimidir. Hematomlar bir morlukta olduğu gibi önemsiz ya da disekan aort anevrizması sonucu oluşan masif retroperitoneal hematom gibi ölümcül olabilir.

- Kişinin şu soruyu sorması gerekir: “Hangi korku veya suçluluk duygusu, neşe ve yaşam sevincimi bastırmama sebep oldu?”

- Kişinin kendini cezalandırdığı, suçluluk ve pişmanlık hissettiği çatışma

- “Potansiyelimi artırmak, tekrar hayatı sevmek için çabalarım ancak buna gücüm yok.”

Hemoraji – Kanama

- Aile klanı ile bütünleşme çatışması

- Hipertansiyondan ölen bir ata anısı

Hepatit – Sarılık

- Birine karşı hissedilen aşırı kin

- Yoksun kalma

- Geleceği garanti altına alamama çatışması

Örnek:

5 yaşındayken babası aniden evi terk eden çocuk hiç kimse-den bilgi alamaz. Annesi bu konuda soru sormasını yasaklar ve babasının bir daha gelmeyeceğini söyler. Annesine ve babasına duyduğu kin ile sarılık geçirir.

Herpes-Vajina – Uçuk

- "İstedğim birleşmeyi yaşayamadım."
- "Yeterince cinsel olarak doyurulmuyorum."
- "İstedğim seksi yapabilmek için ona yalvarmak zorundayım."

Örnek:

Eşine çok âşık olan kadın, kocasının akşam eve gelmesini ipe çeker. Adam eve gelip duşunu alır ve çok hızlı bir sevişmeden sonra uyur. Kadın tatmin olmamış hisseder ve vajinada uçuk gelişir.

Herpes Zoster-Zona

- Lekelenmiş hissedilen otoriteye boyun eğmekle ilgili çatışma
- Çıkan bölgede fiziksel şiddet anısı
- Bütünlüğün bozulması çatışması (bir organın kaybı, amputasyonu)

Örnek:

Yıllarca kız kardeşiyle görüşmeyen adam barışmak umuduyla kapısına gider. Kız kardeşi onu kapıda aşağılar ve kapıyı yüzüne kapatır. Daha sonra bedeninde zona gelişir, çatışmayı çözünce iyileşir.

Hıçkırık

Hıçkırık, göğüs kafesini karın boşluğundan ayıran ve nefes almada önemli bir rol oynayan kas olan diyaframın istemsiz bir şekilde kasılmasıdır.

- Kişinin kendiyle iç hesaplaşma zamanında ortaya çıkar.
- Sembolik olarak içindeki sesi susturma çatışmasıdır; düşündüğünü söyleyememekle ilgili deneyimdir.
- Acele karar verilen bir durumla ilgili yaşanan çatışmaya bakılır.
- “Bir otorite, benim havamı kesiyor, ona boyun eğmek istemiyorum.”

Hiperaktif Çocuk – Hiperaktivite

- Hamilelikte belli bir süre yatarak geçirmek zorunda kalan annenin çatışması
- Annenin karnında bebek hareket etmeyince anne dua ediyor: “Tanrım ne olur bebeğim hareket etsin.” Bebek alfasının isteğini yerine getiriyor.

Örnek:

Hamileliğin altıncı ayında anne karnında hareket hissedemez ve panik olur. Bir süre sonra tekrar hareket başlayınca rahatlar, doğan çocuk hiperaktif olur. Bu durum çocuğa anlatılınca hatırı sayılır bir normalleşme görülür.

Hipoglisemi

- Aşırı tiksinişme çatışması
- Direnç çatışması
- İstemediği halde yemek yemeye zorlanan çocuk
- Çocuk gelinlerin hissettiği deneyim
- “Bana empoze edilen şeyi reddediyorum.”
- Saldırgandan korunmak için ölü taklidi yapmak (kandaki şekeri geri çekmek)

Örnek:

Genç bir kadın gecenin geç bir saati bir serseri tarafından saldırıya uğruyor. Saldırganın iğrenç kokusu ile mücadele etmeye çalışıyor. Bu olaydan sonra hipoglisemi gelişiyor. Bu travma çözüldüğünde iyileşme görülüyor.

Hirschprung Hastalığı

- Sindirilmesi imkânsız ve aşağılık şeylerin devam etmesi ve bu duruma katlanmak zorunda kalmak

Örnek:

“Eğer dediklerimi yapmazsan küçük kızını öldürürüm.”

Hiatus Hernisi-Mide Fıtığı

- “Söylemek istiyorum ama söyleyemem.”
- Reddedilme çatışması. “Bir ümit kabul görmem için kapıyı açık tutuyorum.”
- “Annemden hiçbir zaman duymak istediğim güzel cümleleri duyamadım.”
- Bebeğin şefkate ve ilgiye açlığı ile ilgili çatışması
- Köşeye sıkıştırılma, tuzağa düşme çatışması

Örnek:

Sevdiği adam için annesinden onay alamayan genç kızın midesinde zamanla fıtık olur. Yıllarca bu hastalıkla yaşamak zorunda kalır. Travmasının farkına varıp çözünce fıtık geçer.

Hidrosefali

Hidrosefali, beyinde ve beyin çevresinde aşırı sıvı birikmesidir. Hastalığın ismi “su” ve “kafa” anlamına gelen Latince sözcüklerden oluşur. Çocuklarda görülen ve doğuştan gelen hidrosefalinin görülme sıklığı yaklaşık 500 çocukta 1’dir.

- Hamilelik dönemi veya öncesinde annenin terk edilme anısı veya korkusu çocuğa kodlanınca bu hastalık oluşabilir.
- Yine aynı dönemde anne veya babanın acı bir gerçeği reddetmek isteği çocuğa hidrosefali olarak kodlanabilir.
- Bu dönemde anne veya babanın sabrını taşıran, ancak tepki veremediği olayların çocuğa kodlanması

Horlama

- “Benim için faydalı olmayan, acı çektiren bir ilişkinin içindeyim.”
- “Eşime gün içinde ifade edemediğim duygu ve düşünceleri gece horlayarak ifade ederim.”
- “Korkularım yüzünden projelerimi hayata geçirmek konusunda şüpheyeye düşerim.”
- “Kişiliğimin çaresizce gün yüzüne çıkmaya çalışan bazı yönlerini kabullenemem, inkâr ederim.”
- “Sahip olamıyorum, lokmayı yakalayamıyorum.”
- Nefes alırken horlama: “Yardım istiyorum.”
- Nefes verirken horlama: “Tehlikeyi kendimden uzaklaştırmak istiyorum.”
- Gece yaşanmış bir taciz anısı
- “Cinsellik istiyorum.”

Örnek:

Karısından boşanmak isteyen ama çocukları için evinde kalan adam nefes verirken horluyor. Bir süre sonra karısından boşanır ve horlama geçer.

Humerus Kemigi – Sağ

- Duruma hâkim olamama
- Daha iyisini yapabilecekken yapamamanın verdiği suçluluk

Örnek:

Ailesinin kendisinden beklediklerini veremeyen evladın çatışması

Humerus Kemigi – Sol

- Anne çocuk ilişkisinde değersizleşme çatışması
- “Ben iyi bir anne/baba olamadım.”

Örnek:

Sınıfında başarısız olup aynı sınıfı tekrar etmek zorunda kalan çocuğun annesinin sol humerusunda kalsiyum kaybı görülür.

Huzursuz Bacak Sendromu

- Planlarını hayata geçirememek ile ilgili çatışmalar
- Kişinin yeterince zamanı ve enerjiyi toplayamadığı için kaçırıldığı fırsatlar ile ilgili suçluluk hissi
- Monoton hayatın içinden çıkmaya çalışmakla ilgili hissedilen güçsüzlük

- Sorumlulukların altında ezilmek ve bu durumdan kurtulamamak
- Aile üyelerinden birine veya birkaçına duyulan kin

İkter-Sarılık

- Annenin gebelikte yaşadığı kin çatışmasının tamir fazı
- “Ayrılma” ile ilgili kin

Örnek:

Doğuma giden anne kayınvalidesi tarafından incitilmiştir. Doğuma gözyaşları ile giren annenin bebeğinde sarılık görülür. Çatışma çocuğa anlatılınca iyileşme olur.

İliopsoas Kas-Ağrı

- İstenmeyen bir temasa zorlanma
- “Bu gebeliği istemiyorum.”
- “İstemediğim kişiler alanıma giriyor.”

İnkontinans-Kakayı Tutamama

- İhmal edilmiş çocuğun çaresiz çağrısı
- Baba ile ilgili çatışma
- Alanını işaretlemenin en güçlü simgesi, alan kaybı
- Dışkı yapan yavruyu anne temizlemek zorundadır, anneyi çağırarak (sembolik)

Örnek:

Çocuk 2,5 yaşına geldiğinde anne işe başlar, çocuk kakasını tutamamaya başlar. Bu çatışmanın farkına varan anne çocuğa gece bunu anlatır ve çocuk artık kakasını kaçırmaz.

İntestinal İnvajinasyon-Bağırsak Düğümlenmesi

- Çocuğunu besleyememe korkusu olan anne

Örnek:

Hamileyken plasentanın erken ayrılma riski olduğunu öğrenen anne çocuğunu besleyememe korkusu yaşar. Çocuk doğduğunda bağırsak düğümlenmesi olur. Bu durum çocuğa anlatılınca iyileşir.

İşitme Kaybı-Sağırılık

Genellikle ana rahmindeki çatışmalar ile ilgilidir.

- Gizlenen bir aile sırrı
- “Duyduğum şey yüzünden acı çektim.”
- “Kulaklarıma inanamıyorum.”
- Genelde ana rahminde ana-baba çatışması

Örnek:

Hamile bir kadın her gece eşiyle tartışmaktadır. Bebekleri için daha büyük bir ev arzulamaktadır. Bu tartışmalar doğan çocukta işitme azalması olarak kodlanır. Bu durum bebeğe anlatıldığında işitme artar.

Jinekomasti

Jinekomasti, erkek meme dokusunun genişlemesi ve şişmesidir. Genişleme yağdokusunun yanı sıra glandüler dokuda da görülebilir.

- Erkek çocuğu ile duygusal ensest yaşayan kadının çocuğa aktardığı çatışma (Oidipus kompleksi)

- Pasif baba modeli alan çocuğun çatışması
- Üst soyda erkeklere kin duyan kadın kim?
- Bir kadının oğluna sürekli babasını kötülemesi, "Baban gibi olma" telkiniyle çocuğa iletilen çatışma

Kahler Hastalığı-Multipl Miyelom

Aile klanındaki değersizleşme çatışmasının tamir fazı

- Aile klanından utanç ve aşağılanma içinde kovulma
- Aileden birinin reddedilmesi

Örnek:

Babası ile çalışmayı reddeden genç adam kendi işini kurar, babası ve ailesi tarafından desteksiz bırakılır. Yıllar sonra çok başarılı olup ülke çapında tanınır, arkasından Kahler hastalığı gelişir.

Doğuştan Kalça Çıkığı

- Üst soyda veya annede cinsel taciz
- Aldatma, aldatılma anısı

Kalça Sorunları – Kalça Kemiği

- Cinsellikle ve anne ile bağlantılı çatışmalar
- Anneye karşı gelme çatışması
- "Annem kadar acımasız olmak istemiyorum."
- Cinsel performans ile ilgili değer kaybı

Örnek:

Eşinin istediği cinsel pozisyonu istemeyen, ancak bu duruma ses çıkarmayan kadının bir süre sonra kalça sorunları başlar. Bu çatışmanın çözülmesiyle ağrıları geçer.

Kalp-Atriyal Fibrilasyon

- Aile ağacında kan nakli yapılan birey var mı?
- Aile ağacında kalp atışları aniden duran biri var mı?

Örnek:

17 yaşındayken babasını aniden kalp krizi ile kaybeden kadının kızı aynı yaşa geldiğinde atrial fibrilasyon gelişir. Bu çatışma ile ilgili çalışma yapılıncaya düzelme görülür.

Kalp-Fibrilasyon

- “Önümdeki engeli aşamıyorum.”
- “Emirlere boyun eğmeye zorlanıyorum.”

Örnek:

Uluslararası bir yarışmada ödül kazanan genç yurtdışında bir okula davet edilir. Ailesi gidişine izin vermez ve mecburen yerinde kalır. Bu süreçte kalpte fibrilasyon gelişir, çatışma ile yüzleşince normale döner.

Kalp – Koroner Tromboz

Koroner tromboz olarak tanımlanan kan pıhtısının, kan akışını aniden kesmesi koroner oklüzyon, kararsız anjin ve kalp

krizi gibi farklı akut koroner sendromlara yol açabilir. Akut koroner sendromların tümü acil müdahale gerektirir. Bazı vakalarda ise kan pıhtısı da plak gibi parçalanabilir.

- Kişinin hayatında özgürce sevmesini engelleyen bir otorite veya engelin varlığı

- “Sevdiğim birine duyduğum büyük öfke ve kırgınlık.”

- Çok sevilen biri tarafından aldatılmak, sonrasında bu sevgiyi bastırmaya çalışmak ile ilgili çatışma

- Sevgisini söyleyemeyen, reddedilme, rezil olma korkusu yaşayan kişinin çatışması

Kalp-Mitral Darlık

- Ebeveynlerin boşanma anısı

- Ebeveynler ve çocuk arasındaki çatışma

Örnek:

Doğumdan hemen sonra boşanan çiftin bebeğinde mitral darlık görülür. Bu çatışma bebeğe anlatıldığında düzelme olur.

Kalp-Mitral Kapak

- Anne baba veya karıkoca arasındaki iletişim problemleri

- Anne ile oğul arasındaki iletişim problemleri

Örnek:

Babası ile anlaşamayan oğlu ile eşi arasında kalan kadın iki tarafı da ikna edemez. Oğlu evi terk ettikten bir ay sonra kadında mitral kapak zayıflar. Bu çatışma ile yüzleştğinde kısmi olarak düzelme olur.

Kalp-Mitral Yetmezlik

- "Babam beni dışarı atsa da, annem sayesinde geri dönüyorum."
- "Babamın sevgisine annem aracılık yapıyor."

Örnek:

Baba kızını evden atar, kız annesinin müdahalesi ile eve geri döner.

Kan-Anemi

- Aile klanında sevgi ve bütünlük hissetmeme
- Kan bağı içinde çok büyük değersizlik çatışması
- Ailede birine duyulan kin, öfke
- "Ailemde sevildiğimi hissetmiyorum."

Örnek:

7 yaşında bir çocuğun kardeşi doğar, doğan çocuğun akciğer problemi vardır ve bütün aile bebekle ilgilenir. Anne bütün ilgisini bebeğine verir ve her gün onunla uyur. Bu çatışma ile 7 yaşındaki çocukta anemi görülür. Çatışma çözülünce kan seviyesi normale döner.

Kan-Hiperkalsemi – Kanda Kalsiyum Fazlalığı

- "Aile klanıma yardımcı olabilmem için, çabucak değerli işe yarar bir şeyler yapmalıyım."
- Sert ve sarsılmaz değerlerimizi oluşturan koşulların çatışması

Örnek:

Üniversitede okuyan çocuğun ailesi iflas eder ve çalışmak zorunda kalır. Bir taraftan babasına yardımcı olmak istemekte, bir taraftan okula para yetiştirmek zorundadır ve garsonluğa başlar. Bir süre sonra kanda kalsiyum seviyesi yükselir. Çatışma ile yüzleşince seviye normale döner.

Kan Uyuşmazlığı

- Aileden biri anne ve babanın evlenmesini istemediğinde çocukta kan uyuşmazlığı olabilir.

Karaciğer Kanseri

- Aile ile ilgili çatışma
- Yoksun bırakılma, parasızlık, anne baba ilgisine ihtiyaç duyma
- Para ile ilgili çatışma, miras sorunları
- Bağırsakla ilgili bir hastalıktan ölme korkusu
- "Kaba bir şeyi, pis bir şeyi sindiremiyorum + korkuyorum."

Örnek:

Çiftçi bir baba hastalanıyor, tarlalarının yarısını tek oğluna, kalan yarısını da eşine ve kızlarına bırakmak istiyor. Bunun üzerine oğlu tarlanın bütün borcunu ödüyor. Bu arada baba aniden ölüyor ve vasiyetname hazırlayamıyor. Baba ölünce kızları borcu ödenmiş tarladan hukuk yoluyla normal hisselerini alıyor, oğlu zararlı çıkıyor. Bu durumun sonunda adamın oğlunda karaciğer kanseri başlıyor. Çatışma çözülünce kanserde gerileme görülüyor.

Karotid Arterler-Karotis

- "Kendi fikirlerimi savunmak zorundayım."
- Kişinin fikirlerinin çalınması çatışması

Örnek:

Bir müzisyen yaptığı bestesinin telif hakkını almaz. Bir gün ünlü bir sanatçı para vermeden bu besteyi alır ve sahiplenir. Bu durum karşısında çaresiz kalır ve karotid arterleri tıkanır.

Kas Distrofisi

- Eşi eve getirmek için çocuğu dölleyen ebeveynin çocuğunda görülür
- Değersizleşme karşısında hissedilen güçsüzlük
- "Olduğum yere çakılıp kaldım."
- Pişmanlık duyulan bir olay veya davranış anısı
- Kasın hareketi ile oluşan stresi azaltmak için beyin yıkım emrini verir.

Örnek:

Adam bir gece kulübünde müzisyendir ve işi bittikten sonra hemen eve gelmemektedir. Bu durumdan rahatsız olan kadın adamı eve bağlamak için hamile kalmaya karar verir ve korunmayı bırakır. Doğan çocukta miyopati görülür, bu durum çocuğa anlatılınca normale döner.

Kasık Fıtığı

- Soyağacında veya kişinin yaşamında aldatma, aldatılma anısı
- Bazen hayali aldatma, aldatılma şüphesi

Örnek:

Hamileliği boyunca eşinin telefonuna gece yarısı mesajlar geldiğini gören kadın eşinin onu aldattığını düşünür ve bebeğin hayatına sorun çıkarmaz. Bebek doğduğunda kasık fıtığı ile doğar.

Kekemelik

- P/A dönemi kendini savunamayan ebeveyn
- Bazen P/A dönemi ebeveynlerin, bazen de çocuğun kendi hayatında ağlamasına izin verilmemesi
- Güvensizlik, yargılanma korkusu
- Mükemmeliyetçi bir baba karşısında yanlış yapmaktan korku
- Annenin doğum anında bağırması yasaklanmış veya ayıplanmıştır
- Cinsellikle ilgili korkular ve bunun ifade edilememesi (ilk gece korkusu)
- Otorite karşısında susmak zorunda kalma çatışması

Örnek:

Naziler döneminde kadın Yahudi komşusunu askerlerden saklamak zorunda kalır. Askerlerin onu suçlayacağı korkusuyla kelimeler boğazında düğümlenir. Çocuğu 12 yaşına geldiğinde kekemelik başlar, bu durum çocuğa anlatıldığında düzelme olur.

Keloid

Keloid, aşırı hücre üretimi sonucunda anormal yara iyileşmesi durumudur.

- Oluşan bölgede daha önce bir yaralanma anısı
- Derin bir ayrılık anısı sonrası tamir fazı

- Oluşan bölgenin sembolik anlamı (baş baba, diz ve ayak anne)
- Hayatın acımasızlığı karşısında tek başına mücadele etme zorunluluğu
- Yeni fikirlere kapalı olmak ile ilgili tutumlar

Kemik-Köprücük kemiği

- Kendisi için hayati olan bir şeyi hayata geçirememek
- Anahtar (sembolik) ile ilgili çatışmalar. “Bu işi çözmek için elimde doğru anahtar yok.”
- “Görevlerimle ilgili büyük bir baskı hissediyorum.”
- “Bir durumun içinde sıkışıp kaldım, kaçamıyorum.”
- Kendini paspas gibi hissetmek

Kemik İliği

- Aile ile ilgili çok büyük bir değersizlik çatışması
- Var olma mücadelesi ile ilgili çatışmalar

Kepek

- Terk edilme ve kendine güvenememe
- Ayrılık, entelektüel değersizlik
- Aile ile ayrı düşme (din, hayat görüşü, siyaset)
- Baba ile ilgili ayrılık

Örnek:

Çocuğun annesi ile babası ayrılıyor, baba tekrar evleniyor. Anne çocuğunu babasının evine göndermeyi engelliyor. Baba-sıyla görüşmesine izin vermiyor. Bu durumun sonunda çocukta kepek problemi başlıyor, çatışma anlatılınca normale dönüyor.

Keratoz

Keratoz, halk arasında yaşlılık lekesi olarak bilinen ve uzun süreli kontrolsüz güneşe maruz kalmaya bağlı olarak, en çok güneş gören bölgelerde görülen, deride anormal hücre gelişimini yansıtan deri değişiklikleridir. Genellikle yüzeyi pürüklü yama şeklinde görülürler.

- Kişinin büyük bir korku yaşaması sonucu kendini korumak için etrafıyla arasında kalın bir bariyer kurma isteği ile ilgili çatışması

- Yıllarca bastırılan hayal kırıklıkları ile ilgili kişinin içinde yaşadığı isyan duygusunun bedende açığa çıkması

- Aldatılma anısı veya şüphesi, kişinin bu şüphe yüzünden gerçekliği kaybetmesi, ilişkilerle ilgili güvensizlik

Kırmızı Kan Hücreleri-Eritrosit

- Kan bağı ile ilgili değersizlik

- Aile klanında bütünleşme ve sevgi eksikliği

- P/A dönemi anne veya babanın bebeği aldırma düşüncesi

Kısırlık

- Anne baba olmaya dair korkular

- Soy klanında erken ölen çocuklar

- Evde çok baskın ve otoriter babanın varlığı

- “Çektiğim acıları benim çocuğumun çekmesinden korkuyorum.”

Örnek:

Nakliye işiyle uğraşan bir ailenin büyük oğlu babasının kontrolünde çalışmaktadır. Babasının seçtiği kızla evlenir, bütün seçimlerini babası yapar. Beyin kısırlığı kodlayarak üremeye izin vermez.

Kloazma-Gebelik Lekesi

- İstenmeyen gebelik ve bununla ilgili duyulan kin
- Hamile kadına yüklenen ağır yük
- İsteddiği halde kürtaj yaptıramamak

Örnek:

Kadın hamilelik haberini aldığı anda eşinin buna sevinmediğini görür ve eşine kin duyar. Daha sonra karnında koyu lekeler görülür. Bu çatışma ile yüzleşince lekeler kaybolur.

Klostrofobi

En çok hamilelik ve doğum anı ile ilgilidir.

- Doğuma giderken asansörde kalma, yolda mahsur kalma
- Doğum odasında panik yapma
- Bebeğin doğum kanalında sıkışıp kalması
- Üst soylarda hapis, toplama kampı anısı
- Kişinin bir yerde sıkışıp kalması

Örnek:

Bebek 6 aylıkken annesi bebeği arabasında uyutup komşusuna gider. Bebek hareket etmeye çalışırken arabası devrilir ve üzerine kapanır. Yarım saat havasız ve hareketsiz kalır.

17 yaşında bir otobüs yolculuğunda klostrofobi atağı geçirir. Bu durumu anne anlattıktan sonra klostrofobi kalmaz.

Koah – Kronik Obstüktif Akciğer Hastalığı

Kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) solunumla akciğerlere alınan havanın kolay bir şekilde dışarı verilememesi şeklinde açıklanabilecek bir akciğer hastalığıdır. Bu duruma neden olan iki süreç kronik bronşit ve amfizemdir.

- Ölüm korkusu (bir teşhis sonrası, savaş, kıtlık)
- Havasız kalma korkusu
- “Bir çıkış yolu arıyorum.”
- “Kendimi son derece güvensiz hissettiğim çok stresli bir dönemden geçiyorum, beni koruyan kimse yok.”

Örnek:

Hastaneye gittiğinde memede bir kitle olduğunu öğrenen kadın, sonuçlar çıkana kadar ölüm korkusu yaşayıp KOAH çatışmasını aktif hale getirebilir.

Düşük Kolesterol

- “Kendimi bulma/gerçekleştirme/ifade etmeyi başaramam.”

Konvülsiyon-Havale-Nöbet

- Bir otoriteden kaçmanın imkânsızlığı çatışması
- Aileden kaçma isteği
- Kendi korkularıyla yüzleşememe, kendinden kaçma
- Bastırılmış bir enerjinin dışavurumu

Kordon Dolanması

- Ailede anne koruyamadığı için ölen bebek var mı?
- Gebelikte bebeği kaybetme korkusu
- Bir önceki gebelikte bebek kaybı veya korkusu
- Soy klanında iple asılma
- Anne tarafından gitmesine izin verilmeyen çocuk

Örnek:

Kadın hamile kaldığında ülkede içsavaş başlar. Bombalar altında hamileliğini geçirmek zorunda kalan anne bebeğini kaybetme korkusu yaşar, bebek kordon dolanması ile dünyaya gelir.

Koryokarsinom-Plasenta Kanseri

Üst üste gerçekleşen düşükler sonucu, beyin daha sağlam bir plasenta imal eder, bir sonraki doğan bebeğin plasentası güçlü olma koduyla bunu geliştirebilir.

- Hamilelikte çocuğu yeterince besleyememe kaygısı
- Hamileliği kabullenmeyen bir erkeğin yüzünden kadında oluşan çatışma

Kramplar

- Eski düşüncelere, kalıplara tutunma, bırakamama
- Kaçınılması gereken tehlikeli durumlar

Örnek:

Yaşlı adamın eşi rahatsızlanır ve evin yükünü üstlenmek zorunda kalır. Eski hayatındaki konforunu arar ve kramplar başlar. Bu çatışma çözülünce kramplar geçer.

Kreatin

- Yükselmesi: “Şu an yaptığımdan çok daha fazlasını yapmalıyım.”
- Düşmesi: Bir eyleme son vermek, bir eylemle ilgili hissedilen vicdan azabı

Kurtçuk-Kıl Kurdu

- “İtaat etmem gereken aşırı titiz bir annem var, onu memnun etmek için anüsümü bu kurtçuklarla temizliyorum.”

Örnek:

Anne sürekli evin dağıtılmasından rahatsız ve çocuklara bu yüzden kızıyor. Çocuklar bu durumdan çok rahatsız ve hepsinde kıl kurdu oluşuyor. Bu travma anlatılınca durum düzeliyor.

Kuru Öksürük

- “Saldırganı, otoriteyi reddediyorum.”
- Alanındaki kısıtlamaları, yabancıyı, başkalarını kabul edememe, tolere edememe, reddetme

Örnek:

Eşi Alzheimer hastası olan adam bakıcı tutmak zorunda kalır ancak evdeki bütün eşyaların yeri değişir ve bu durumdan rahatsız olur. Kuru öksürük başlar. Çatışma çözülünce öksürük geçer.

Kusma

- Bir reddedişin, geri çevirmenin dışavurumu
- Korku, panik, anksiyete hisseden çocukların çatışması
- "Bana dayatılan şeyi yutamıyorum, reddediyorum."

Örnek:

7 yaşındaki çocuk sürekli kusuyor. Annesinin bir hamilelik anısı aklına geliyor; yeni aldıkları evlerinde sürekli barbekü partisi düzenledikleri dönemde kokudan midesi bulanıp sürekli kusuyor. Bu anıyı çocuğa anlattığında kusma duruyor.

Kürek kemiği

- Arkadan gelen saldırılarla ilgili korunma çatışması
- "Yükselmek istedikçe sırtımdan aşağı çekiliyorum."
- Kendini paspas gibi hissetme, ayaklar altında ezilme anısı
- Arkanızdan yapılan dedikodu

Labial Komisür-Açısal Keilitis-Dudak Köşesi Çatlağı

- "Söyleyecek çok şey var ama konuşamıyorum, konuşmak yararsız."
- Anne ve babadan duymaya ihtiyaç duyulan güzel sözlerin hiç duyulmaması

Örnek:

Aşırı koruyucu bir ailenin çocuğuna hiçbir konuda fikri sorulmuyor, aile çocuğun yerine kararlar veriyor. Bir süre sonra

gideceği okulu bile seçilince çocuğun dudak köşelerinde çatlak oluşuyor. Bu çatışma çözülünce dudak normale dönüyor.

Larenjit

- "Patronumla yüz yüze geldiğimde söylemek istediklerimi söyleyemiyorum."

- "Konuşurken hata yapmamak için kısık sesle konuşuyorum."

Örnek:

Bir topluluk önünde konuşmalar yapması gereken adam her konuşmadan sonra larenjit geçirir. Bu çatışması ile yüzleşince larenjit geçer.

Leğen Kemiği

- Gebelik, cinsellik ile ilgili aşağılanma çatışmaları

- "Çocuğumun hayatı için kendimi feda ediyorum."

Lenf Bezleri

- Gereğinden fazla büyütülen önemsiz bir olay

- Bir şeyi elde tutmak konusunda yetersizlik, elden kaçırma

- Çok basit bir kayıp, elden kaçırma için büyük bir çatışma yaşama

Örnek:

Taşınmak istediği daireye başkası taşınınca kadının lenf bezleri şişer. Bu çatışma ile yüzleşince çözüme kavuşur.

Lenf Damarları

- Kaygı ile birlikte deneyimlenen öz değersizlik ve ilgili bölgeyi koruma ihtiyacı

Lenf Nodları

Tamir fazında görülür.

- Kendini koruyamama, kendini savunamama çatışması
- "Artık ona güvenmiyorum."
- Gelecekle ilgili kaygı yaratan olaylar

Örnek:

Adam ilişkisinde kendini değersiz hisseder ve terk edilir. Yeni bir ilişkisi başladığında lenf nodları geliştirir. Bu çatışmayla yüzleşince normale döner.

Leyomiyosarkom-Bağdokusu Kanseri

- Lokmayı sindiremememe, güçsüzlük ve pasiflik eğilimi hâkimdir.
- P/A dönemi aldatılma anısı, hissedilen değersizlik

Liken Planus

Liken Planus, stres gibi nedenlerle ortaya çıkan iyi huylu bir cilt problemidir. Kol, bacak, ağız, genital bölge, yemek borusu, geniz ve dilde görülen liken planus, kaba, pullu plaklar halinde veya küçük, düz tepeli yumrular ile karakterizedir. Kalıtsal bir hastalık olmadığı gibi bulaşıcı da değildir.

- Temas ve ayrılık ile ilgili çatışmalar
- Güç ve savunma ile ilgili yaşanan değersizlik çatışması
- Yaşanılan ayrılıkla ilgili pişmanlık, bunu engelleyememekle ilgili yetersizlik

Liposarkom-Yağdokusu Kanseri

- Lipomun çatışmalarının aynısı ancak daha yoğun hissedilmesi
- Ana çatışma kişinin vücut şekli, beden görünüşü ile ilgili değer kaybı çatışmasıdır.
- Vücudun belli bir bölgesindeki estetik değersizlik çatışması

Örnek:

Hamileyken eşi tarafından estetik bulunmadığını duyan ve bu çatışmayı derinden hisseden kadının doğan çocuğunda liposarkom görülür. Bu çatışma çocuğa anlatıldığında gerileme görülür.

Lösemi

- Çok önemli bir değer kaybı çatışmasının tamir fazı
- Aile içinde yaşanan majör değer kaybının tamir fazı
- Kendine özsaygı geliştiren bireyin, eski anılarından kalan çatışmaları tamir etmesi ile ortaya çıkar.

Örnek:

Çok sevdiği karısını başka bir adamla yatakta yakalayan adam büyük bir değersizlik çatışması yaşar. Yıllar sonra yeni eşinin verdiği değer ile çok mutlu olur ve lösemi geliştirir. Bu çatışmanın farkına varınca düzelme görülür.

Lösemi-Akut Lenfoblastik Lösemi

- "Klanımın içinde sevdiğim insanı korumayı başaramadım."

Lösemi-Kronik Lenfositik Lösemi

- Aile içinde varlığın fark edilmemesi, önemsenmemesi çatışması

Lösemi-Kronik Miyeloid Lösemi

- Çok derin değersizleşme çatışması

Lösemi-Monositik Lösemi

- Kişinin hayatı boyunca izole bir yaşam sürmesinin çatışması

Lyme Hastalığı

- Ayrılık ile ilgili duyulan pişmanlık
- Soy klanında göç sırasında klanı bir arada tutma çatışması
- Soykırım, kıtlık anısı

Örnek:

Savaşta kaçarken aile fertlerinin çoğunu kaybeden danışanın vücudunda oluşur. Bu çatışma ile yüzleşince iyileşir.

Mantar

- Ölüm, yas, kayıp ile ilgili çatışmalar
- "İçimdeki acıdan kurtulmak istiyorum."

Örnek:

Annesine çok bağlı bir kadın evlenene kadar her konuda annesine danışır. Evlendiği adam yüzünden annesi ile ilişkisi bozulur, ayakta mantar gelişir. Bu çatışma ile yüzleşince düzelir.

Mastoidit

- “Duyduklarıma inandım, kandırılmışım.”
- “Bana bir söz verildi ama tutulmadı.”
- “Babama verilen sözler tutulmadı.”
- “Duyduklarım yüzünden panik oldum.”

Örnek:

Kadın hamileyken, eşi gelir ve işten çıkarıldığını söyler. Duydukları karşısında panik olan kadın mastoidit geliştirir. Bu travma boşaltıldığında düzelme görülür.

Medulloblastom

- Bütünlüğün kaybına dair büyük çatışma
- Babanın kaybı (ölüm, boşanma, yok olma, terk etme)
- Korunmasız, desteksiz kalma çatışması
- Bir saldırı anısı
- Acil çözümler üretme, babanın yerini alma zorunluluğu

Örnek:

Anne hamileyken eşine beyin tümörü teşhisi konmuştur. Bu çatışmayla doğan bebekte medulloblastom görülür.

Melanom/Melanosarkom

- “Değer verdiğim ve izini kaybettiğim birinden koparıldım.”
- Kişinin bütünlüğüne saldırı, biçiminin bozulması korkusu, kirletilme çatışması

Örnek:

Genç bir kız yatılı okulda arkadaşları ile duş alırken spor öğretmeni girer ve “Daha bitirmedin mi?” diye sorar. Kız saldırıya uğramış hisseder ve cildinde kahverengi lekeler meydana gelir. Travma çözülünce azalma olur.

Menenjiyom

- Kendini hiçbir yere ait hissetmeme
- Kafaya, komuta merkezine yapılan saldırıya karşı korunma
- Beyin tümörü korkusu
- Kafayı korumak gereken bir hastalık

Menüsküs

- Otoriteye teslim olmak istememe
- “Daha fazla temasa ihtiyacım var.”
- “Huzura ermek için teslim olmak, uyum sağlamak zorundayım.”
- Kendi başına ayakta duramama ile ilgili çatışma
- Yeniden barışma ihtiyacı

Örnek:

Eşi tarafından terk edilen adam barışmanın bütün yollarını ararken eklemide menüsküs gelişir. Bu çatışma ile yüzleşince düzelme olur.

Menstrüasyon-Ağrılı Âdet Sancısı

- Hamile kalmakla ilgili çatışma
- Kadınlığın kabulü ile ilgili değersizlik çatışması
- P/A dönemi, ay sonunu getirmekle ilgili kaygılar
- Kaybedilen bebeğin bitirilmemiş yası
- Babanın kadınlara saygısızlığı
- Boyun eğmeye direnç çatışması

Örnek:

Babasının yaptığı rezilliklerden ve şiddetten utanan genç kız menstrüasyon dönemini çok ağrılı geçirir. Travma boşaltılınca ağrı geçer.

Mesane

- Kişinin alanını düzenleyememe, düzeni kaybetmek ile ilgili çatışması
- Birinin alanında veya çevresinde hoş olmayan ilişkiler
- Düzenini kaybetme tehlikesi

Örnek:

Bir asistan çocuğu olduktan sonra ders çalışmakta zorlanır ve akademik kariyeri tehlikeye girer. Bu çatışma ile mesane taşı oluşur.

Mesane-Sarkmış

- Babanın yokluğu
- Ailede bir nişanın atılması, bir bağın kopması
- Alanı daha iyi işaretleme çatışması

Örnek:

Gözü gibi baktığı eşyalarını icra yüzünden kaybeden kadın eşinden boşanır, mesanede sarkma görülür.

Mide-Pylori

- Kişinin ilişkide olduğu kişilerle yaşadığı çatışma
- Alanla ilgili hayal kırıklığı
- Kişinin kaçınmadığı kişi ile ilgili derin çatışma, bundan çekilen acı

Mide Bulantısı

- “Bana yapılanın karşılığını vermek istiyorum.”
- “Bu adaletsizliği hazmedemiyorum.”

Mikozis-Ağız-Mantar

- Çok hayati bir şeyi yakalamayı başaramamak, bununla ilgili yoksunluk hissetmek
- Ağızdan kaçırılan sırların birinin hayatına mal olması
- Birinin ölümüne sebep olmak

Örnek:

Siyasi olarak dava arkadaşının yerini polise söyleyen adam, arkadaşının hapiste intihar ettiğini duyduğunda ağızda mantar oluşur.

Mikozis-Ayak Mantarı

- Anayurttan kovulma, sürgün
- Kirli/pis bir şeye basma
- “Annemi çirkin şeyler yaparken gördüm.”

Örnek:

İçsavaş sonrası ailesiyle yurdunu terk eden kadın haberlerde kendi köyünün bombalandığını görür ve ayakta mantar başlar. Bu çatışma ile yüzleştğinde düzelme olur.

Mikozis-Vajina-Mantar

- Kişinin bir ilişkide deneyimlediği hayal kırıklığı
- Bir ilişkide istediğini bulamama
- Acı verici bir partner ayrılığının bitmemiş yası

Örnek:

Hiçbir açıklama yapılmadan eşi tarafından terk edilen kadın eşini çok özler. Yıllarca vajinal mantar sorunu ile boğuşur. Bu çatışmayı fark ettiği gün bu sorundan kurtulur.

Mikozis – Ayak başparmağı-Mantar

- “Anneme ona olan minnettarlığımı ölmeden önce göstere-medğim için pişmanım.”

Örnek:

Annesi ile arası iyi olmayan danışanın annesi öldüğü gün ayak başparmağında mantar çıkar.

Mikozis-Dilde Mantar

- "Hakkında konuşma iznim olmayan ölmüş kişi kim?"

Mononükleoz-Öpücük Hastalığı

Tamir fazında ortaya çıkar.

- "Ailemde yalnız hissediyorum."
- Cinsellikte yetersiz hissetmek, cinsellikten korkmak
- Cinsel ilişkiye kendini hazır hissetmemek

Örnek:

Kadın kocasını haksız yere evden atar. Bir süre sonra barışır ve baba eve döner. Çocuklarda mononükleoz oluşur.

Mukopolisakkaridoz-(MPS)

- Bir kişiyle yaşanan çözümsüz, kalıcı muhalefet
- Aileler arası arsa, sınır çatışmaları

Örnek:

Kuzeniyle ortak arsası olan adam binayı bitirdikten sonra bir metre kuzeninin hakkına girdiği anlaşılır. Binayı yıkmak zorunda kalınca MPS geliştirir.

Mutizm-Konuşmama

- Konuşamama veya konuşmak istememe çatışmasıdır.
- Kişinin kendini ifade etmek isteyip ifade edememe çatışması
- “Konuşmak zorundayım ama konuşmak istemiyorum.”
- Kişinin saklamak zorunda olduğu bir sır
- Kişinin kendini veya başkalarını cezalandırma isteği
- Yırtıcı tarafından fark edilmemek anısı

Örnek:

10 yaşında çocuk, 6 yaşındaki kardeşi ile şakalaşırken yanlışlıkla onu bahçe duvarının arasına düşürür. Orada sıkışıp kalan kardeşini kurtarmak yerine evden kaçır ve kardeşi saatlerce orada kalır. O günden sonra konuşmaz. Bu durumun çatışması çocuğa anlatıldığında konuşma düzelir.

Myastenia Gravis

Myastenia gravis (MG), vücudun iskelet kaslarının çeşitli derecelerde zayıflamasına neden olan kronik, otoimmün bir sinir-kas hastalığıdır. Myastenia gravis, sinir uyarılarının bilinçli olarak kontrol ettiğiniz kaslara iletilmesindeki bir bozuluktan kaynaklanır.

- Kişinin yaşadığı cesaretsizlik ve motivasyon kaybı ile ilgili çatışmalar
- Kişinin hedefine ulaşması ile ilgili inancını yitirmesine sebep olan olaylar
- Otoritenin baskısına dayanamama, pes etme ve kendini savunamama ile ilgili çatışmalar

Narkolepsi-Uyku Hastalığı

- "Yırtıcı tarafından fark edilmemek için uyumalıyım."
- Tehlike varlığında uykuya dalarak bu durumu atlatmak

Nevralji

- Bir kişi ile araya soğukluk, mesafe girmesi ile ilgili çatışma
- Saldırgan tarafından gerçekleştirilen bir saldırının sonucu yaşanan ayrılık
- Elde veya kolda: "Bir otorite tarafından karar almamın engellenmesi", bacakta, baldırda veya ayakta: "Atacağım adımı engelleyen duygular", yüzde: "Bana acı veren görüntü gözümün önünden gitmiyor, kendimi korumak için duygularımı saklarım."

Nevus-Doğum Lekesi

- Kirlenme, lekelenme çatışması
- Ayrılık sonucu kirlenme çatışması
- Çıkan bölgede "yama" gibi kapatılmak istenen bir lekelenme

Örnek:

Hamile kadın sürekli aşağılandığı ve yüzüne hakaret yediği için sembolik bir kalkan oluşturur ve doğan çocuğunda yüzde doğum lekesi oluşur.

Nöroblastom

- "Hayatımın bu zorlu döneminde korunmuş hissetmiyorum."
- "Bana yardım etmesi gereken kişi yanımda değil."
- Desteksiz kalma çatışması (blast)

Örnek:

Bir yazar dünyaca tanınmaya başladığı dönemde kendi ülkesinde cezaevine gönderilir ve en verimli çağını hapishanede geçirir. Yaşadığı bu çatışma ile nöroblastom geliştirir.

Nörodermatit

- Basit bir ayrılık çatışmasının tamir fazıdır (egzama gibi).
- Acı verici temas

Nörofibrom

- Acı dolu bir temas ile ilgilidir.
- İstenmeyen, katlanılamayan bir şey veya kişiyle temas zorunluluğu çatışması

Örnek:

Çocuğuna tokat atan kadın bu hareketin pişmanlığı ile nörofibrom geliştirir.

OKB-Obsesif Kompulsif Bozukluk

Obsesif kompulsif bozukluk (OKB), insanların obsesyon adı verilen sürekli tekrar eden düşüncelere sahip olması ve bu düşüncenin kendisini rahatsız etmesinden ötürü, genellikle rahatlamak amacıyla ritüel veya kompulsiyon adı verilen sürekli tekrar eden davranışlarda bulunmasıyla karakterize bir durumdur.

- Zıt duyguları aynı anda hissetmek ile ilgili çatışmalar
- Korkular yüzünden çok istediği şeyleri erteleyen kişilerin çatışması

- Gerçeklerden duyulan acı yüzünden gerçeği reddetmek ile ilgili çatışmalar (şizofreninin alt tonu)
- Kendini kirlenmiş hissetme çatışmasının beyindeki çözümü (aşırı titizlik, temizlik, sürekli el yıkama vs.)
- Anne baba arasındaki bitmeyen kavgalar yüzünden hissedilen zıt duygular

Oddi Sfinkteri

- Mahrumiyet, güvensizlik, dikkate alınmama çatışması (karaciğer)
- Hınç, öfke, içleme (pankreas)
- Lokmayı sindiremememe
- Çocuklarla ilgili şantaja maruz kalma

Örnek:

Alkolik koca eve gelip kadının tüm parasını döverek alır, tehditler savurup gider. Bu kadında Oddi Sfinkteri gelişir.

Ortakulak Kolesteatomu

- Anne baba arasında bir kavga
- Kocasının sessizliğinin acısını çeken bir anne
- Çocuğu ağır hasta olan annenin, en küçük seste bile umutlanması
- Gebelik sırasında ebeveynlerin boşanmaktan bahsetmesi

Örnek:

Hamile annenin çocuğu hastanede yoğun bakımda kalp yetmezliği yüzünden yatmaktadır. Annenin gözüne uyku girmez,

monitörden çocuğunun kalp atışlarını dinler. En ufak bir artış duymak için dikkat kesilir, doğan çocuğu kolesteatom geliştirir.

Osteoartrit

- Bedenin etkilenen kısmıyla ilgili öz değersizlik çatışması-
nın tamir fazı

Örnek:

Yıllarca tenis oynamayan adam ilk 3 maçta çok kötü vuruş-
lar yapar ve yuhalanır. Dördüncü maçta muhteşem bir servis
atarak alkış alır eve gittiğinde osteoartrit geliştirir.

Osteoblast

Osteoblastlar kemik yapımı ile ilgilidir.

- Destek ihtiyacı
- Yapısal destek eksikliği

Örnek:

Madende göçüğe şahit olan bir madenci osteoblastik aktivi-
te geliştirir.

Osteoklast

Osteoklast kemik yıkımı ile ilgilidir.

- “Yok olmalıyım.”
- “Ölümümden sonra bile benden bir şey kalmamalı.”
- P/A dönemi anne babanın başka sorunlara odaklanması

Örnek:

Büyük maddi sorunlarla uğraşan bir çiftin gelecekle ilgili umutsuzluğu vardır. Bu sırada kadın hamile kalır ama kimse bu duruma sevinmez. Bebek osteoklastik aktivite geliştirir.

Osteom-Kemik Tümörü

- Öz değersizleşme, kopma, ayrılık
- İyileşme yolundaki fazda takılı kalır.

Osteosarkom

- Çok büyük ve kapsamlı bir değersizleşme
- "Destegim yok."
- "Bir yapıya ihtiyacım var."
- "Dört taraftan desteklenmeye ihtiyacım var."
- "Her şey çöküyor, parçalanıyorum."

Otit-Kulak Enfeksiyonu

- "Bunu duyduğumda çok acı çektim, incindim."
- Anne karnındaki güvenliği istemek
- Ayrılık ile ilgili sözleri duymak istememe
- "Duyduklarım acı veriyor."

Örnek:

İlk erkek arkadaşının hakaretine uğrayan genç kız yaşadığı incinme ile anne karnındaki amniyon sıvısının sesini özler (sembolik). Kulaklarında enfeksiyon geliştirir, çatışma çözülünce normale döner.

Otizm

Çok yönlü araştırılması gereken zor bir konudur. Otizmlı çocuk kara delik gibidir, her uyararı alır, vermez.

- Doğum anında annenin deneyimlediği ölüme yaklaşma anısı

- Evlilik dışı doğan çocuk var mı?

- 1-2 yaşlarda yaşanan büyük korku ve acı

- “Kusursuz olmak zorundayım, aksi halde hiç konuşmama-lıyım” çatışması

- Büyük bir sırrın varlığı, gizlenmesi ile ilgili çatışma

- Kardeş kıskançlığı

Örnek:

Anne doğum anında şoka girer, acil olarak bebek alınır ancak annenin tansiyonu sıfıra düşer. Doktorların çabasıyla anne hayata döndürülür ancak bebek tam bu ölüm deneyimi anında doğmuştur. Çocuk otizmlı doğar.

Ovülasyon-Yumurtlama – Ağrılı

- Hamileliğin istenmemesi. (Ebeveynler bu duruma hazır değildir.)

Özofagus Divertikülü-Yemek Borusu

- “Yutmak istemiyorum ama yutmuş gibi yapmak zorundayım.”

- “İstemesem de bunu yutmak zorundayım.”

Örnek:

Kadın TV programlarını kocası ile birlikte izlemek ister. Adam futbol maçı izlemeyi tercih etse de karısını kırmamak için onun seçimine saygı duyar. Ancak bir süre sonra yutma zorluğu çeker, her yemekte boğulur gibi hisseder. Çatışmayı çözüncü bu duygu kaybolur.

Özofagus Spazmları-Yemek Borusu

- “Çaresiz hissedilen bir durumda bir şeyi (çözümü) yakalamak istiyorum, başaramıyorum.”

Örnek:

Bütün gün okulda derslikte kalan öğrenci, ders bitiminde basketbol oynamak ister ancak büyük sınıflar sahayı çoktan kapmıştır. Çocukta yemek borusu spazmları başlar.

Paget Hastalığı

Paget hastalığı denen rahatsızlık adını 19. yüzyılın ortalarında yaşamış olan bir İngiliz cerrahından (1874’te Sir James Paget) almıştır ve osteoporozun aksi (tersi) durumudur. Paget hastalığı başlangıçta çok fazla kemik dokusu parçalandığı zaman meydana gelir. Buna tepki olarak vücut yeni kemik yapma hızını artırır.

- Kendine destek olacak hiçbir dayanağın, hiçbir kurumun kalmadığını hissetme

- “Kimse beni umursamıyor” inancı

- Kendini ispat etme çabası ile ilgili çatışmalar

Pamukçuk

- Ölüm kalım meselesi olan yoğun stres ve korku deneyimi
- Anneden ayrılık çatışması
- "Ağlamam annemi getirmeye yetmiyor."

Örnek:

Hamileyken eşi ile annesi arasında kalan kadın bu duruma çok içerler, annesiyle rahatça görüşemez. Annenin bu çatışması doğan çocuğa kodlanır, çocukta pamukçuk çıkar. Bu durum bebeğe anlatıldığında normale döner.

Pankreas Kanalları

- Yokluk çatışması + adaletsizlik, öfke
- Paranın gitmemesi gereken bir yere gitmesi

Parmaklar-El Parmakları

- Başparmak: Tat duygusu, yargılanma (İyi/Kötü)
- İşaretparmağı: Koku, burun, otorite, baba, tehlike
- Ortaparmak: Yasak dokunuş, cinsellik çatışması
- Serçe parmak: Duyma, aile sırları

Parotis Bezi Kanseri

- Ana çatışma tasarruf, toplama, yedekler ile ilgilidir.
- Yiyecekleri depolama (sembolik) çatışması

Örnek:

Hamilelik döneminde altınlarını biriktiren kadının altınları bir gece çalınır. Anne 23 yaşındayken bu olayı yaşar ve bebeğini doğurur. Bebek 23 yaşına gelince parotis bezi kanseri olur.

Pelvis

- Partner tarafından cinsel olarak değersizleştirilme
- Seks ile ilgili suçluluk

Örnek:

Prostat ameliyatı olan adam cinsel anlamda değersiz hisseder.

Periartrit

- “Eskisi gibi iyi olmayı çok isterdim.”
- “Çocuğuma daha iyisini vermek isterdim.”
- Omuzda olunca: Birine meydan okuma ve kapana kısılma çatışması
- “Babam ölmeden önce isteklerini yerine getiremedim.”

Örnek:

Gençliğinde çok iyi bir yüzücü olan adam, orta yaşına geldiğinde denizde boğulma tehlikesi geçirir. Derinlerde yüzmeye alışık olan bu adam eskisi kadar iyi olmadığı için ölümle burun buruna gelir. Bir şekilde geçen tekne yardım eder onu kurtarır. Bacak eklemünde periartrit oluşur.

Periflebit

- “Partnerime hiçbir şeyi beğendiremiyorum.”
- “Kocam hiç esnek biri değil, her şeyi ya siyah ya da beyaz olarak görür. Ona tahammül etmek çok zor.”

Periodontitis-Dişeti İltihabı

- Lokmayı ısıraramama, yakalayamama çatışması
- “Ailede sözüm geçmiyor, sözümün bir değeri yok.”
- “Kendimi yeterince ifade edemiyorum.”
- “Otorite karşısında susmak zorundayım.”

Örnek:

Emekliliğine çok az bir süre kalan adam artık patronuna tahammül edemiyor. “İşini al başına çal” demek istiyor ama emekliliğine kadar idare etmek zorunda. Dişetleri kanamaya başlıyor, bu çatışmayla yüzleşince dişetleri normale dönüyor.

Periost-İltihap

Tamir fazında ortaya çıkar.

- Vurduğu için pişman olma çatışması
- Şiddet gören bir kişinin çatışması.
- İstenmeyen iletişim çatışması
- Dokunmak istemek ile istememek arasında kalma

Örnek:

Çocuk anneye başarısız karnesini gösterdiğinde anne çok sinirlenir. Anne çok şiddetli bir tokat atar, bu tokat niyet

ettiğinden çok daha sert olmuştur. Çok pişman olur çocuğunun gönlünü alır, bunun için ağlar. Bir süre sonra elinde uyuşma hissi ile birlikte periost iltihabı oluşur.

Periton Kanseri

- “Karnımda olan bitenler beni korkutuyor.”
- Saldırıya uğramak
- “Karnımda kimsenin bilmediği bir sorun var.”

Örnek:

Bir adama karaciğer kanseri teşhisi konulur; adam o anda karnına yumruk yemiş gibi hisseder. Doktorlar peritonda metastaz teşhisi koyar.

Peteşi

Deride görülen küçük kahverengi lekelerdir.

- Ayrılık çatışması
- Dövüşmede kabiliyetsizlik ve buna bağlı değersizleşme

Pitriyazis Versikolor

- Bütünlüğe saldırı, ayrılık çatışmasının iyileşme fazı
- Bedendeki yerin sembolik anlamı ile ilgilidir.

Plasenta-Yapışık

- Bebeğini sembolik olarak içinde tutma isteği
- Bebeğini nasıl besleyeceğini bilememe korkusu

Örnek:

Üst soyda bebeğini ihmal etmiş bir kadın hatırası

Plasenta Previa

- Bebeği babanın cinsel organından koruma isteği (hamilelikte seks yapmak isteyen babaya karşı annenin çözümü)
- Dayakçı bir baba anısı

Örnek:

Hamileyken eşinin beraber olma isteğini reddetmek isteyen kadının çatışması. Çocuğa zarar geleceğinden korkan anne plasentayı kalkan olarak kodlar (plasenta bebekle babanın penisi arasına yerleşir).

Plevra – Akciğer Zarı

- Akciğerlerin korunması gereken bir hastalık
- Ameliyat edilmesi gereken bir akciğer sorunu
- Göğüskafesini koruma ile ilgili korku
- Göğüskafesindeki bir ağrıdan dolayı korku
- Meme kanseri olma korkusu

Pnömotoraks – Akciğerde Hava Kaçağı

- “Birileriyle sıkışıp kaldım, çok kızgıyım.”
- “Hayati alanımı korumamı engelleyenler var.”
- “Kendi hayati alanımı kurmak istiyorum.”

Polip-Kolon

- Bir ayrılığı affetmek zorunda olmak

Polip Mesane

- Alanı düzenleyememek ile ilgili öfke

Polip-Nazal-Burun İçi

- "Yaklaşan tehlikenin kokusunu almak zorundayım."
- Klanından dışlanma ile ilgili kaygılar

Örnek:

Kötü kokan bir çoban çocuğu, okulda diğer çocukların kokusunu almamasını arzular. Burnunda polip gelişir, çatışma çözümlünce düzelme olur.

Polip-Servikal – Rahimde Polip

- Cinsel hayatla ilgili kaygı
- Düşük, kürtaj anısı

Polisitemia Vera

Kemik iliğinde bulunan kırmızı kan hücrelerinin aşırı üretimi neticesinde, kanda kırmızı küre sayısının artış göstermesi Polisitemia Vera olarak adlandırılır.

- Üst soyda birinin kanamadan ölmesi
- Kırmızı kan hücrelerinin yetersizliği ile ilgili korku

Örnek:

Büyükannesi kanamadan ölen bir çocuğa bu teşhis konulmuştur.

Poliüri-İdrara Sık Çıkma

- Çaresizlik içindeki adamın çatışması (bazen baba)

Progesteron Hormonu Eksikliği

- “Yanlış partner ile birlikteyim.”
- Aile olmakla ilgili kuşkular
- Kadın olmayı reddetmek

Pruritus-Kaşıntı-Anüs Kaşıntısı

- Kimliğinden ayrılma çatışması
- P/A dönemi anne ile baba arasında evlilik dışı ilişki

Örnek:

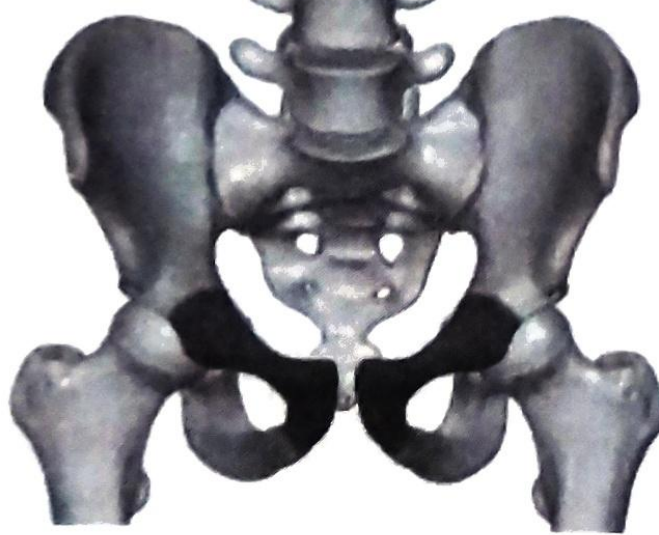
Kadın sevdiği adamdan hamile kalır ancak adamı evlenmeye ikna edemez. Adam çocuğu aldırmasını ister, çocuğunu doğursa da babanın soyadını çocuğuna veremez. “O adamın eşi” olamamak ve çocuğuna adamın soyadını verememek ile ilgili kimlik çatışması ile anüste kaşıntı ve ülserleşme olur. Bu çatışma çözümlenince kaşıntı geçer.

Pubis-Ağrılı Pubis

Jenital bölgenin üst kısmında, kasığın hemen alt bölgesinde, leğen kemiğinin ön bölgesindeki yüksek ve üzeri kıllarla örtülü

alana verilen isimdir. Bu bölüm bazı kadınlarda normalden biraz daha kabarık görünebilir.

Kadınlarda pubis bölgesinin darlığı ağırlı cinsel ilişkiye sebep olur. Bu duruma “Ağırlı Pubis” denir. Pubis bölgesi dar ise cinsel ilişki zorlaşır.



- “Cinsel olarak yeterince cezp edici değilim.”
- “Partnerimin beklentilerini gerçekleştiremiyorum.”
- “Partnerimi tatmin edemiyorum.”

Pulmoner Emboli-Akciğer Embolisi

- “Ailemle bir araya gelmek istiyorum.”
- Kaçıp gitme, göç etme isteği

Raşitizm

Raşitizm, çocuklarda görülen, uzun süreli ve aşırı miktarda D vitamini eksikliğinden kaynaklanan bir hastalıktır. Raşitizm

hastalığı çocukların kemiklerinin yumuşamasına ve zayıflamasına neden olur.

- Duygusal olarak kötü beslenme ya da beslenememe. Anne hamileliği veya öncesinde yeterince ilgi görememişse, doğan çocuğuna bu hastalığı kodlayabilir.

- Sevgi ve güvenlik eksikliği ya da yokluğu
- Aile içinde hissedilen değersizlik

Raynaud Hastalığı

Raynaud Fenomeni

Raynaud fenomeni; soğuk hava koşullarına maruz kalmanın sonrasında el parmakları, ayak parmakları, burun ve kulak gibi kan dolaşımının zayıf olduğu bölgelerde görülen ciltte solukluk veya morarma gibi belirtilerin ortaya çıkmasına verilen isimdir.

- Evdeki büyük tehlike, enstest anısı
- "Anne ve babamla bağlantım ölü gibi."
- Kendini savunmada yetersiz kalma
- Üst soylarda ilgili organın kaybı ile ilgili anılar (parmakları kopan bir ata anısı)

Örnek:

Küçükken dayısı tarafından defalarca taciz edilen küçük kız, ilk partneri ile ilişkiye girdikten hemen sonra Raynaud hastası oluyor. Bu çatışma ile ilgili çalışma yaptıktan sonra damarların dolaşımı düzeliyor.

Renal Sistem-Glomerülonefrit

Glomerülonefrit, böbreklerdeki küçük filtrelerin iltihaplanmasıdır. Glomerüller fazla sıvıyı, elektrolitleri ve atıkları kan

dolaşımınızdan uzaklaştırır ve idrarınıza dahil eder. Glomerülonefrit, akut veya kronik olarak ortaya çıkabilir.

- Kişinin kendi inançlarında diretmesi
- Eski düşüncelerle devam etme, yeniliğe güvenmeme

Rinit-Burun

- Kişinin uzaklaştırmayı istediği bir zorluk ya da problemin çatışması

- Bir başkasının kokusuna dayanamama
- Ayrılığın sonucu tehlikede hissetme

Örnek:

Adam emekli olduktan sonra evde zaman geçirmeye başlar, bu durum karısının hoşuna gitmez çünkü mutfaktaki işleri istediği gibi yapamaz, adamı mutfaktan uzaklaştırmak ister. Bu dönemde rinit geliştirir, bu çatışma ile yüzleşince düzelme olur.

Saç Dökülmesi

- Suçluluk hissettiren çatışmalar
- Erkeklerde “Doğru partneri bulamam” çatışması
- Kadınlarda yuva kuramama, yuvayı kaybetme çatışması
- Temas ve iletişim ile ilgili travmalar

Örnek:

Genç çocuk kız arkadaşından ayrıldıktan hemen sonra saçları dökülür, bu durum aylarca devam eder. Kendini mutlu hissettiği yeni ilişkisi başlayınca dökülme durur.

Safra Kanalları ve Pankreas Kanalı

- Kişinin kendi alanındaki biriyle kin çatışması
- İhanet, hınç, adaletsizlik içeren çatışmalar
- Kıskançlık ve haset duygusu uyandıran öfkeli çatışma

Örnek:

Adam henüz patent almadığı buluşunu kuzenine gösterir. Kuzeni patenti kendi adına aldığı anda adamın safra kanallarında tıkanma gelişir.

Sarkoidoz

Sarkoidoz, bağışıklık sisteminin anormal çalışmasından dolayı ortaya çıkan, akciğerlerin yanı sıra çok sayıda organı da etkileyen sistemik bir hastalıktır. Hastalık çoğunlukla 20 ile 40 yaş arasında ortaya çıkmaktadır, Afrika kökenlilerde daha sık görülür.

- “Alanımı veya klanımı korumak için sürekli mücadele ediyorum.”
- “Bu dünyada korunmasızım, saklanacak yer arıyorum.”
- “Beni savunacak kimse kalmadı.”

Örnek:

Anne ve babası ayrılan çocuk babasını ziyarete gider. Baba başka bir kadınla yaşamaktadır ve onun çocuklarına babalık etmektedir. Bu çatışma çocukta Sarkoidoz geliştirir.

Seboreik Dermatit

Seboreik dermatit, egzama çeşitlerinden biridir. Genetiktir. Saçlı derimizde, kaşlarda, burun kenarlarında, kulak içlerinde ve arkalarında, erkeklerde sakal bıyık varsa sakal içlerinde hatta göğüs ortasında, kimi zaman sırtta ortaya çıkabilir. Kaşıntılı kızarıklık, kabuklanma, pullanma şeklinde görülür.

- “Başıma her an bir şey gelebilir, bu yüzden kendimi korumak için tetikte olmalıyım.”

- Kişinin hayatında katlanmak zorunda olduğu, istemese de susmak zorunda olduğu çatışmalar

- Kişinin yaptığı bir hatadan dolayı yargılanma korkusu, bu durumun açığa çıkacağı ile ilgili yaşanan tedirginlik

- Kendi için yaşamayı bırakıp, başkalarının ihtiyaçları için kendini feda eden danışanın, bu durumdan hoşnutsuz olmakla ilgili çatışmaları

- Ortaya çıkan bölge ile ilgili fiziksel hoşnutsuzluk, estetik değersizlik çatışması

Ses Telleri – Larenks

- Cinsel kimlik çatışması, korku

Sırt Ağrısı

- Boyna yakın bölge: İletişim, adaletsizlik, haksızlık

- Sırtın üst kısmı: “Kendimden başka kimseye güvenemem.”

- Sırtın orta kısmı: Birinci derece akrabalarla ilgili çatışma

- Bel kısmı: Finansal endişeler

- “Çocuklarım için duyduğum endişe.”
- “Ailenin direği olmaya mecbur kaldım, başaracak mıyım?”
- Cinsellikle ilgili olası çatışma
- “Annem tarafından desteklenmedim.”

Sigmoid-Bağırsak-Kolon

- Lokmayı sindiremememe çatışması
- Çok rezil, iğrenç, utanç verici çatışma

Örnek:

Adam kızı tarafından dolandırılıyor, kızına güveni zedeleniyor. Kızına karşı utanç ve iğrenme hissediyor.

Sindirim Spazmları

- “Sindiremediğim bir şey var.”

Sinir – Ağrı

- Başkasına zarar verme ile ilgili pişmanlık
- Beklentilerin gerçekleşmemesinden korkma
- Kayıp çatışması

Siyah Noktalar

Siyah nokta, cildinizdeki foliküllerde tıkanma meydana geldiğinde oluşur. Her folikül, bir kıl ve yağ üreten bir yağ bezi içerir. Sebum adı verilen bu yağ cildinizi yumuşak tutmaya

yardımcı olur. Ölü cilt hücreleri ve yağlar, cilt folikülüne açılan boşlukta toplanır ve komedon olarak adlandırılır.

- Kişinin kendini içsel olarak kirli, pis, değersiz hissettiği travmatik olay
- Kişinin kendini küçük gördüğü, kendinden utandığı ve insanlardan kaçmasına sebep olan utanç verici çatışma
- Terk edilme anısı ve bu durum sonrası gelişen yalnızlık duygusu

Sjögren Sendromu

Sjögren Sendromu, kuru göz ve kuru ağza neden olan otoimmün (bağışıklık sisteminin kendi kendine yaptığı) bir hastalıktır. Otoimmün hastalıklarda vücudun savunma sistemi kendisine karşı işlev yapar. İmmün sistem antijenlere (bakteri ve virüs gibi vücuda yabancı maddeler) karşı vücudun doğal savunmasıdır.

- Ağlaması yasaklanan bir kişi
- “Gözyaşlarımı kimseye göstermemeliyim.”
- Yemek yemeye, oral sekse zorlanma anısı
- Etkilenen beden bölgesinin sembolik anlamı ile ilgili değersizlik
- Islak bir ortamda deneyimlenen çatışmalar (yağmurlu bir havada hastayı acil hastaneye yetiştirme kaygısı gibi)

Örnek:

Kadının çocuğuna beyin tümörü teşhisi konulur ve bu durum çocuktan gizlenir. Kadın çocuğun karşısındayken sürekli gözyaşlarını gizlemek zorunda kalır. Sjörgen Sendromu gelişir. Çocuk ameliyat edilir iyileşir, daha sonra anne bu çatışmayı hatırlayınca durum düzelir.

Skleroderma

Skleroderma, deri ve vücudun diğer organlarını etkileyen sistemik otoimmün (bağışıklık sisteminin kendi kendine yaptığı) bir hastalıktır.

Ciltte kalınlaşma, sertleşme ve iç organlarda (kalp, akciğer, böbrekler ve gastrointestinal sistem) tutulumla karakterize yaygın bir bağdokusu hastalığıdır. Esas patoloji bağdokudaki kollajen miktarının artışıdır. Artmış kollajen deride sertleşmeye neden olur. Akciğerler, kalp, yemek borusu ve böbrekler gibi iç organlarımızda da fibröz doku oluşumu organ fonksiyonlarında bozulmaya neden olmaktadır. Özellikle deri ve iç organları besleyen damarlarda soğuğa karşı aşırı bir duyarlılık söz konusudur. Soğukta büzüşme ile organların kan akımında da bozulmalar meydana gelmektedir.

- Zor bir ayrılık çatışması
- Kirlenmişlik hissi
- Değersizlik çatışması
- Etkilenen bölgenin sembolik anlamı
- "Hiçbir şeyi değiştiremiyorum" çatışması

Solunum Yolu Spazmı

- Şiddetli bir yağmurda kalma anısı
- Üst soylarda boğularak ölme veya kişinin deneyimlediği boğulma tehlikesi

Somnambulizm-Uyurgezerlik

- Gece yarısı taciz anısı
- Üst soyda veya ailede gece yatakta öldürülen kim?
- Gece gerçekleşen büyük dram

Örnek:

Kadın hamileyken gece telefon geliyor ve annesinin yatağında öldüğü söyleniyor. Bu çatışma çocuğa kodlanır ve çocuk 7 yaşında uyurgezer olur. Bu çatışma çocuğa anlatılınca durum düzelir.

Spina Bifida

Spina bifida, anne karnında oluşan bir hastalıktır. Hamileliğin ilk ayında oluşan bu anomalide, bebeğin omurgası şekillenirken tam olarak kapanmaz ve bu nedenle halk arasında “ayrık omurga hastalığı” olarak da bilinir. Türkiye’de her bin bebekten 3’ünde görülür.

- Hamilelik öncesi veya döneminde annenin çok yaralayıcı bir şey yaşaması
- Hamilelik öncesi veya döneminde çok güvendiği kişi tarafından yarı yolda bırakılan anne
- Hamilelik öncesi veya dönemi çiftlerin ayrı hareket ettiği durumlar

Sternum-Göğüs Kemiği Şekil Bozukluğu

- Kişinin göğüs ile ilgili hissettiği değer kaybı
- Kişinin karizmasını kaybetme çatışması
- Kadınların memeyi aldırma zorunda kalması sonrası yaşadığı çatışma
- Çocuklarla karşı karşıya kalınan çatışmalar

Örnek:

Mastektomi (memenin alınması) sonrası kadının hissettiği estetik değer kaybı ile ortaya çıkabilir.

Şalazyon

Gözkapaklarının kenarlarında bulunan bezlerin tıkanması sonucu gözkapağında oluşan kistler, şalazyon veya gözkapağı kisti olarak adlandırılır. Küçük yapılı, ağrısız ve yumru benzeri bir şişlik olan şalazyonlar genellikle birkaç hafta içerisinde kaybolur.

- “Onu görmek istiyorum, göremiyorum.”
- İlişki, evlilik, birliktelikle ilgili sorunlar

Örnek:

Evlendikten hemen sonra eşi askere giden kadın eşini çok özler. Doğan bebeğinde şalazyon gelişir, bu çatışma bebeğe anlatılınca hızlıca düzelme görülür.

Şişkinlik-Karın Şişkinliği

- Sembolik olarak kokuşma çatışmasıdır.
- Sevilen birinin kaybı, ölümü sonrası tamamlanmamış yas
- Derin bir hamile kalma arzusu

Örnek:

Kadın annesini kaybettikten sonra karında şişkinlik oluşur, diyet ve spor ile gideremez. Annesinin yası ile ilgili çalışma yaptıktan sonra şişkinlik iner.

Temporo Mandibular Eklem-Çene Eklemi

- “Başkalarıyla kararlılıkla tartışamam.”
- Başkalarının yanında ağzını kapatmak zorunda kalma
- Anne baba çatışmaları

Tendinit-Tendon İltihabı

- Çok önemli bir fiziksel aktivite sonrası tamir fazı
- Hareket edilemeyen, değersizlik hissettiren deneyim
- Eyleme geçme konusunda kendine güvenmeme çatışması
- “Amacıma ulaşmada engeller var, bunlar karşısında çaresizim.”

Örnek:

Yeni açacağı işyeri için her türlü hazırlığı yapan adam bu oluşumun duyurusunu yapar. Son anda alacağı kredide sorun çıkar ve rezil olur. Bu projeden vazgeçmek üzereyken çok yakın bir arkadaşı destek çıkar. Tamir fazında tendon iltihabı başlar.

Tenisçi Dirseği

Tenisçi dirseği önkol kaslarını (el bilek ekstansörleri) aşırı kullananlarda meydana gelen ve **dirsekte** ağrı ile sonuçlanan bir durumdur. **Dirseğin** dış kısmını (lateral) etkiler. **Tenisçi dirseği** sıklıkla önkol kas ve tendonlarının bağlandığı **dirseğin** dış kısmında (epikondil olarak adlandırılır) meydana gelir.

- Performans gösterme ile ilgili başarısızlık
- “Elimden gelenin en iyisi bu, yine de başaramayacağım.”

Tenya-Bağırsak Kurdu

- Anneyi memnun etmek için baskı altında temizlenme çatışması

Örnek:

Odasını topladığı halde annesinden azar işiten çocuk daha iyisini yapma çatışmasına girer, beden bağırsak kurdu geliştirir.

Terleme-Aşırı – Hiperhidroz

- Yangın anısı
- Tuzaktan kurtulmaya çalışan alabalığın kendini kayganlaştıran, tuzaktan kurtulma çatışması
- Eller: İşinde kaygılı olma, ellerle yanlış bir şey yapma çatışması, çocuğunun elinden alınacağı korkusu yaşayan annenin çatışması
- Ayaklar: “Annemle ilgili yıkamaya çalıştığım nedir?”, “Annem çok otoriter ve acımasız, beni incitiyor”, yanlış yere bastığını düşünüp yıkamayı istemek.
- Boyun: Bir işin yanlış yapılması ile ilgili suçlanma, haksızlığa uğrama karşısında kendini temize çıkarma isteği
- Koltuk altları: “Annelik ettiğim ya da korumam altındaki biriyle ilgili yaşadığım çatışma.”

Tırnak Yeme

- “Öfkemi kontrol etmeliyim yoksa başım belaya girer.”
- Bitirilmemiş yas, sevilen birinin ölümü (toprağa vermeyi reddetme)
- Epizyotomi (doğumun kesi atılarak gerçekleşmesi) anısı (P/A)
- Ayrıldığı kişiyi unutamama, sembolik yas
- Şiddet karşısında kendini savunamama
- Tırnak eti yeme: Bir kayıp ile birlikte kendini suçlu hissetme
- “Yapmam gerekeni yapamadım, yapmamam gerekeni yaptım.”

Örnek:

4 yaşında tırnak yemeye başlayan çocuğun çatışması bulunur: Kuzeninin gömülmesine şahit olmuştur. Bu çatışma çocuğa anlatılınca tırnak yeme biter.

Tırnak Batması

- Ayakta ise anneyi hem sevmek hem de ona çok sinirlenmek, anneye büyük çatışma
- Öfkeyi bastırmak zorunda olmak (bıçağını kınına sokmak zorunda kalmak)

Örnek:

Evlendikten sonra kadın annesinin kendi ev düzenine karışmasından rahatsız olur, bu durumu bir türlü anlatamaz. Annesini çok sevmektedir ancak bu huyundan nefret etmektedir. Başparmağında tırnak batması görülür, bu çatışma ile yüzleşince tırnak düzelir.

Timus-Timus Tümörü-Timoma

- Derin bir mahrumiyet çatışması
- Kişinin ekmeğinin ağzından alınması çatışması

Toksoplazma

Toksoplazma parazit kaynaklı bir hastalıktır, hastalığa neden olan parazitin ismi Toxoplasma Gondii'dir. Bu parazit hem hayvanlarda hem de insanlarda görülebilmektedir, insanlara en çok hayvanlar aracılığıyla bulaşır. Hayvanlara, çiğ etler veya

etlerin az pişmesi sonucu bulaşabilmektedir. Evlerinde kedi, köpek gibi evcil hayvan besleyen kişilerde sıkça görülmektedir, kediden dışkı yoluyla insana bulaşabilir. Kedi dışkısından doğaya yayılan parazit aylarca ölmeden yaşayabilir. Hamile kadınlarda sıkça görülmektedir, hamile kadınlarda çiğ et tüketimi veya kedi dışkısı ile temas etme sonucu bu parazite maruz kalabilmektedir. Hamile kadınlar toksoplazma enfeksiyonuna yakalandıkları zaman bebeklerine de enfeksiyonu geçirebilmektedirler.

Bir ihmal, terk ve yalnızlık çatışmasının iyileşme fazı.

- Evin erkeği olmak zorunda kalan kadının çatışması
- Anneliği ön plana çıkarma, kadınlığı bastırma çatışması
- Hamilelikte incitilme anısı

Transaminaz-Karaciğer Enzimleri

- Yeterince verimli üretim sağlayamamak çatışması
- Baba sevgisi hissedememe

Örnek:

Ailesini rahatlatmak için araba parası biriktiren adam sabah uyandığında arabalara zam geldiğini öğrenir, bu çatışma ile enzimleri yükselir.

Tremor-Titreme

- Arzu ve isteklerin yasaklar yüzünden durdurulması ile ilgili çatışmalar
- Yapmak isteyip yapamadığımız, yapılmasını istemeyip maruz kaldığımız olaylar

- "Gizlemek isteyip gizleyemediğim korkular."
- Eller: Sahip olma, elde tutma çatışması

Trigliserit-Trigliserid

- "Hayatımı başkaları yönetiyor."
- "Ailem benim yerime sorumluluk alıyor."
- "Kocam sayesinde ayakta durabilirim."
- "Babam olmasa ayakta duramazdık."

Örnek:

Yeni işyeri kuran varlıklı bir ailenin çocuğu çalışmaya başlar, ancak vergilerini babası öder, bu duruma itiraz etmez. Ailesi olmadan bir şey yapamaz, trigliserid geliştirir.

Tükürük Bezi

- Yiyecekleri stoklama ile ilgili çatışmalar
- Kendini besleyememe, besin sağlayamama korkusu
- Açlıktan ölme korkusu

Örnek:

Annesiyle yaşayan bekâr adamın yemeklerini annesi hazırlar. Annesi hastaneye kaldırılınca tükürük bezleri tıkanır. Çatışma çözülünce durum düzelir.

Uçuk Herpes – Dudakta Uçuk

- Kişiyi kendisi gibi davranmasından alıkoyan reddedilme korkusu

- “Ben istediğim şeyi elde etmek için yalvarmak zorundayım.”
- Ayrılığı kabul edememe, temasın yoksunluğu ile ilgili duyulan öfke
- Bir ayrılık öpücüğü anısı
- Sahip olacağına inanmamak ile ilgili ayrılık
- Cinsel organlarda: Ayrılık sonrası tekrar birleşme, cinsel teması ilgilendiren ayrılık

Örnek:

Evli bir adamla ilişkisi yeni başlayan kadın son bir öpücük özlemi ile acı çeker, ancak adam eşine dönmüştür. Dudaklarda uçuk oluşur, bu çatışmaya çalışınca düzelme olur.

Uterus-Rahim – Rahim Sorunları

Bu bölge daha çok doğurganlıkla ilgilidir.

- Büyükanne-torun ilişkisi ile ilgili kayıplar
- Çocukların veya torunların cinsel tonda dramatik çatışmaları
- “Eşimle ben birbirimize uygun değiliz.”
- Çocuklarının veya yakınlarının cinsel ilişkileri ile ilgili kabul edilemeyen durum
- Hamile kalma arzusu

Örnek:

Kadın kızının erkek arkadaşı ile yaşamasını kabullenememektedir. Bu konu ile ilgili çatışma yaşar, rahimde yaralar oluşur. Bu çatışmayı çözünce yaralar geçer.

Uterus-Perforasyon – Rahim Yarası

- “Artık hamile kalmak istemiyorum” çatışması

Uterus-Serviks Bölümü Çatışmaları-Rahim Ağzı Kanseri

Serviks çatışmaları partner ile ilgilidir.

- Cinsel hayal kırıklığı çatışması
- Çok emredici bir partnere uygunsuz bağımlılık çatışması
- Partnerin ihmali nedeniyle duygusal hüsrân
- Yanlış cinsel partnere sahip olmak, cinsel ilişki kalitesinin kötü oluşu

Örnek:

Evlendiği adamın biseksüel olduğunu öğrenen kadın bu çatışmayı bedene taşır. Bu çatışma sonucu rahim ağzı kanseri gelişir.

Uterus Retroversiyonu-Rahmin Ters Dönmesi

- “Doğru adamla üremedim.”

Uyku Apnesi

Uyku apnesi, uyku esnasında solunumun durması olarak tanımlanabilir. Uyku apnesi sendromunda, uyku sırasında birkaç saniye süren geçici boğulmalar yaşanabilir. Bu boğulma anında kandaki oksijen seviyesi düşerek, beynin uyanmasını sağlar. Beyin solunum fonksiyonlarının durduğunu haber vermek için vücudu uyandırır.

- Gece gelen bir tehlike anısı
- Kendini güvende hissetmek için anne karnına dönme isteği
- Kendine ait olanı sahiplenmek isteği. “Duygularımı tanımlayamamam da tehlikenin varlığını biliyorum.”
- Yaşamın içinde istediklerini yapamama duygusunun getirdiği sembolik “ölüm” programı (nefesimi kesen mutsuzluk)

Üşüme

- Yası tamamlanmayan bir kayıp
- İnsan sığınağından yoksun olmak
- Anne baba sevgisi alamamak

Örnek:

Babasını aniden kaybeden çocuğun ellerinde üşüme başlar. Yas sonlandırma ve çatışmanın çözülmesi ile düzelme görülür.

Vajinal Akıntı – Lökore

Âdet dönemi öncesi görülen beyaz akıntıya lökore adı verilmektedir. Bu akıntıya bakteri ya da mikrop karışması durumunda çok ciddi sorunlar meydana gelebilmektedir. Âdet döneminde vajinanın içinde parçalanmış dokular sıvı ile doludur ve bazen sarı renkte görülebilmektedir.

- Kadının cinsel ilişkiyi reddetme veya partnerine duyduğu öfke ve suçluluk duygusunun çatışması
- Aşırı otoriter ve emredici partnere karşı koyamayan kadının çatışması
- Kadının kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atıp, çocukları, eşi ve sevdiklerinin ihtiyaçlarına öncelik vermesi, bu durumun yarattığı doyurulma arzusu

- İlişkinin huzuru kaçmasın diye sürekli susmak zorunda kalan kadının bu duruma bilinçaltında isyanı akıntı olarak görülür.

Vajinismus

Vajinismus, vajina girişindeki kasların istemsizce kasılması sonucu cinsel birlikteliğin gerçekleşmemesine verilen isimdir. Vajinismus, ilk geceden itibaren çiftler için büyük bir sorun olabilmekle beraber her cinsel birleşememe durumu da vajinismus olarak görülmemelidir.

- Kadının kendisinin ilk döllenme anında şiddet, zorlanma, tecavüz anısı (annesinin çatışması)

- Kadınlığın ve cinselliğin reddi, ayıplanması ve bu konudaki toplum baskısının kadında çatışma ve kasılma yaratması

- Üst soyda veya kadının hayatında bir erkek öfkesi var mı? Kadının erkeği cezalandırma isteği. “Yanlış partnerle birlikteyim.”

- Dünyaya erkek olarak gelmesi beklenen kadının yaşadığı çatışma. “İçime alamam, ben vermek üzere programlandım.”

- Babasından şiddet gören, aşağılanan kadının anısı

Wolff Parkinson White Sendromu

- Yeterli sevgi hissetmeme ve bununla ilgili yaşanan iletişim eksikliği

- P/A dönemi ebeveynler arası iletişimsizlik yüzünden sevgiyi hissetmeme

Yarık Damak

Dudak-damak yarığı, embriyolojik dönemde çeşitli nedenlerden dolayı bebeğin yüz bölgesindeki yapıların birleşme

kusuru nedeniyle ortaya çıkan bir hastalıktır. Türkçede, halk arasında tavşan dudaklılık olarak bilinir.

- Altdudak: Anne ile ilgili çatışmalar
- Üstdudak: Baba ile ilgili çatışmalar
- “Ağzım bu lokmayı almak için yeterince büyük değil.” (Sembolik.)
- Anne veya babanın hamilelik dönemi veya öncesinde kaçırıldığı büyük fırsatlar ile ilgili çatışmalar
- Yakalanılan bir fırsatın aniden elden kaçması

Yatay Şaşılık

- Önden gelen bir saldırıya karşı tetikte olma durumu
- Anne ve baba arasında kalan çocuğun içinde bulunduğu çatışma
- Hamilelik dönemi veya öncesinde anne veya babanın tehlike karşısında aldığı kodun çocuğa aktarılması
- Aşırı otoriter bir anne veya babanın çocuğa yüklediği kod

Yol Tutması

- İki ayrı referans noktası arasında kalmak
- “Anne ve babamı kontrol edemiyorum.”
- Dayak, şiddet anısı

Örnek:

Anne ve babasının kavgaları yüzünden sürekli planlarını değiştiren çocuğun çatışması

Yumurtalık Kisti

- Ana rahminde bebeği tutamamanın verdiği çatışma bazen kist olarak ortaya çıkar.
- Hamilelikte bebeği kaybetme korkusu yaşayan annenin yaşadığı korku, bedende yumurtalık kisti olarak ortaya çıkar.
- Evladımız gibi gördüğümüz kişi veya hayvanların kaybı ile ilgili yaşanan üzüntü ile ilgili çatışma
- Yumurtalık kisti tıpkı bir bebek gibi 9 ayda büyüüp alınabilecek hale gelir, beyin hamile gibi hissettirir.

Örnek:

Küçük bir kız köpeğini gezdirirken, köpek kaçıyor ve araba çarpıyor. Köpeğini kaybeden kız suçluluk hissediyor ve ileride yumurtalık kisti geliştiriyor. Bu çatışma ile yüzleşince düzelme görülüyor.

Yumurtalık Çatışmaları

- Ciddi bir kayıp çatışması
- Çocuğunu kaybetme ile ilgili çatışmalar

Yüz Felci

- Yüze yapılan bir hakaret karşısında kendini savunamama
- Yapılan bir suçlama karşısında hissedilen büyük utanç
- Yüze gelen bir tokat karşısında hissedilen büyük utanç

YARARLANILAN KAYNAKLAR

- Dr. Ryke Geerd Hamer – *The summery of the New Medicine*
Jacques Martel – *Hastalıklar ve Rahatsızlıklar Ansiklopedisi*
Anne Ancelin Schützenberger – *Psikosoybilim – The Ancestor Syndrome*
Brandon Bays – *The Journey*
Sandra Blakeslee, V.S. Ramachandran – *Beyindeki Hayaletler*
Marc Frechet – *Grille de vie*
Dr. Claude Sabbah – *Biologie Totale des Etres Vivants*
Alberto Viloldo – *Şamanik Ritüeller*
Louise L. Hay – *You can heal your life*
Susan R. Johnson MD – *Healing our children*

HASTALIK, RUHUMUZUN ÇIĞLIĞINDAN BAŞKA BİR ŞEY DEĞİLDİR, O HALDE NEDEN ISRARLA ÇAREYİ SADECE BEDENDE ARIYORUZ?

Bugün geleneksel tıp muhteşem görüntüleme teknikleriyle, kusursuz testleriyle ve olağanüstü teşhisleriyle işimizi çok kolaylaştırır da, bedeni hâlâ bir makine gibi gördüğü için enerji bedenimizi yok sayar. Oysa bedenimiz duygusal, zihinsel ve ruhsal çatışmalarla bir bütündür. Bedensel bir hastalığın sadece bedenle ilgili olduğunu düşünmek hem hekimler hem de hastalar için eksik bir yaklaşımdır.

Bedende oluşan bir hastalık ruhun ilgili bölümünde başlar, sonrasında bedene mesaj olarak iletilir. Bu mesaj görünür hale geldiğinde biz buna “hastalık” deriz. İlaçları reddetmek mümkün değildir, ancak enerji bedeninin ilaçlardan çok daha etkili olduğu artık aşikârdır, üstelik enerji bedeninin şifasından faydalanmak için bir bedel ödemeniz de gerekmez.

Dr. Bülent Demircioğlu, *Sırlarımız Kadar Hastayız* kitabında enerji bedeninizi nasıl iyileştireceğinizi en sade ve pratik yoluyla anlatıyor. ReSetting metoduyla ruhun çalışma prensibini, travmaların kodlarını, bunların yönetilmesini ve boşaltımını her hastalığı ele alarak açıklıyor, kendi kendinize iyileşmenin holistik yollarını aktarıyor.

